ANGELA MARIA LA SALA BATÀ

EL CAMINO DEL ASPIRANTE ESPIRITUAL

Era Naciente

COLECCION TRANSPERSONAL

A mi madre
Olga Batà
a quien debo mucho más
que la vida.

INDICE

Introducción	**Hacia una Psicología Espiritual**	9
1ra. Lección	**El Comienzo del Camino**	11
2da. Lección	**Las Bases de la Autoformación**	15
3ra. Lección	**La Purificación Mental**	25
4ta. Lección	**La Purificacción Emotiva**	37
5ta. Lección	**Nuestra Tarea con la Naturaleza Emotiva**	47
6ta. Lección	**La Purificación del Cuerpo Físico-etérico**	57
7ma. Lección	**Cualidad a Desarrollar: La Aceptación**	67
8va. Lección	**Cualidad a Desarrollar: La Adaptación**	75
9na. Lección	**Cualidad a Desarrollar: El Discernimiento**	83
10ma. Lección	**Cualidad a Desarrollar: El Uso Correcto de la Palabra**	91
11ra. Lección	**Cualidad a Desarrollar: La Ausencia de Miedo**	99
12da. Lección	**Cualidad a Desarrollar: La Humildad**	107
13ra. Lección	**Cualidad a Desarrollar: La Comprensión**	115
14ta. Lección	**El Desarrollo Interior**	123
Apéndice	**Los Temperamentos según los Siete Rayos**	129

INTRODUCCION

Hacia una Psicología Espiritual

SI EL LECTOR HA TOMADO CONCIENCIA de que existe en él un núcleo de sabiduría y de eternidad y comprendido, además, que necesita hacer un trabajo sobre sí para favorecer la conexión con ese núcleo interno, sin duda las reflexiones de Angela María La Sala Batà colaborarán con su proceso.

A través de cuestionarios y ejercicios que desarrolla en esa dirección, Angela María propone una metodología de trabajo. Expone con claridad y explica en forma simple los conflictos a resolver y los estadios a atravesar para que el aspirante espiritual pueda continuar el camino hacia el centro de su ser.

Formada en el ámbito de la Escuela Arcana de Alice Bailey y en la atmósfera de investigación psicológica de Roberto Assagioli, creador de la terapia, conocida como Psicosíntesis, Angela María ha contribuído a aplicar principios de las tradiciones esotéricas en terapias que tratan los conflictos psicológicos; hace una síntesis de lo que podría llamarse "psicología espiritual".

Para ella, nuestro mundo interior tiene varios niveles: los psicológicos de la personalidad (instintivos, emocionales y mentales) y los espirituales, donde late y vive el Alma, o Yo Real —ella lo llama supraconsciente. "Si existe una separación entre las conciencias del Yo Personal y la del Yo Real, es el trabajo de interiorización el que favorece la reunión."

La propuesta de Angela María extrae el trabajo de autotransformación del nivel abstracto y lo lleva al práctico. *"Nada debemos destruir de nuestra personalidad, sino refinar, purificar, sublimar"*, sugiere. *"Es necesario hacer un balance de nuestros tres cuerpos y diseñarnos un*

programa pormenorizado del trabajo a realizar". En estas páginas, efectivamente, propone uno.

¿Por qué el lenguaje del Alma es muchas veces simbólico o, mejor dicho, por qué Ella se expresa en señas, impresiones o brinda mensajes a través de libros, sueños o de palabras pronunciadas por otras personas? Angela María lo atribuye a la falta de purificación de los cuerpos físico-etérico, emocional y mental. *"No es que el alma no quiera: a veces no puede expresarse de otra forma, a menos que hagamos un trabajo con la personalidad para favorecer esa comunicación. Precisamente, el contacto directo y fluído con el Alma es el objetivo principal del aspirante espiritual."*

En los primeros ocho capítulos —lecciones Angela María encara, de manera sistémica, la purificación concreta de los cuerpos físico-etérico, emocional y mental, con definiciones claras y pautas directas para el autoanálisis; y lo hace de una manera más didáctica, simple y a la vez completa, que muchos voluminosos textos, clásicos de la literatura esotérica.

En los últimos seis, en cambio, analiza las cualidades superiores que necesita cultivar el aspirante espiritual. Estas son:

la aceptación,

el discernimiento,

el uso correcto de la palabra,

la ausencia del miedo,

la humildad, y

la comprensión.

No conozco mejor síntesis de estas virtudes. Ella las describe con tanta precisión y profundidad que el mero hecho de leerlas y escuchar sus resonancias, nos inician en el trabajo propuesto.

Este libro abre una puerta a todos aquellos que estén dispuestos a emprender el camino —difícil, azaroso— que conduce a la confluencia con las energías del Alma. Angela María es una instructora sensible, sabia, eficaz; el resto es el resultado de la sinceridad de la aspiración y del esfuerzo propio.

Suerte y fe.

—Marta Alcira Recalde

1ª LECCION

El Comienzo del Camino

HAY UN MOMENTO EN LA MARCHA EVOLUTIVA DEL HOMBRE cuando éste comienza a intuir, al principio vagamente, después más claramente, su verdadera naturaleza. En esa ocasión entreve la realidad que está detrás de las apariencias de los fenómenos. Repara que evoluciona; que adentro de él hay un mundo desconocido, más real que físico, que presiona para ver la luz, la vida. Al comienzo, siente una imperiosa necesidad de perfeccionarse, de tomarse en cuenta a sí mismo, de iniciar su autoformación; ya no le bastan teorías y conocimientos intelectuales, le es indispensable pasar a realizaciones prácticas, a algo concreto.

Si antes hubo un período de búsqueda, de exámen intelectual, de adquisición mental de la verdad o de escoger entre varias teorías, ahora, por el contrario, aparece una visión íntima de los conocimientos reunidos, una aspiración de formar parte real de la vida de la personalidad y una necesidad de transformación de sí mismo, intentando tornarse un canal de energías espirituales. En otras palabras, el hombre se declara conscientemente a favor de las fuerzas evolutivas con las que va a colaborar.

Para el hombre se inicia entonces, un período evolutivo llamado camino del aspirante espiritual, porque la nota fundamental es la aspiración que ya no es apenas un impulso emotivo, sino un "pedido" verdadero y real, un llamado apasionado e insistente del Alma que pide una respuesta y produce reales transformaciones y sublimaciones a la personalidad.

El efecto de esa aspiración es que en el hombre, en su intimidad, comienza a nacer el propósito de cuidarse a sí mismo, de purificarse, de autoformarse. Y la autoformación es, efectivamente, la señal del reconocimiento de la aspiración espiritual.

1ra. Lección

Las lecciones siguientes, dirigidas a aquellos que se desean formar y quieren pasar de la teoría a la práctica, presentan una perspectiva general de las diversas fases y métodos de la autoformación.

Antes de iniciar el desarrollo propiamente dicho de nuestra argumentación, es necesario todavía aclarar algunas cuestiones y hacer algunas sugerencias a aquellos que se imponen este trabajo para que adquieran una visión clara y objetiva del camino que se proponen seguir y lo sigan sin ilusiones, pero con una visión esclarecida y el ánimo resuelto y preparado.

El trabajo de autoformación no es fácil ni simple. Es una verdadera técnica que exige constancia y firmeza de propósitos, pero es el más bello y luminoso trabajo que el hombre pueda emprender, pues es aquél para el cual fue creado y que hace de él un participante del Plan Divino.

Es preciso tener claro en la mente el significado de la palabra autoformación, pues muchos pueden tener un concepto errado de este término. No falta quien cree que autoformación significa "renuncia", "mortificación", "destrucción". No existe nada más equivocado.

El intentar tomar en cuenta la propia personalidad a fin de corregir los defectos, desarrollar las cualidades preponderantes y coordinar las energías psíquicas, no son una obra de destrucción o de anulación que practicamos porque sí, sino un camino de reorientación.

La personalidad humana está compuesta de energías (mentales, emocionales y etéricas) que no son ni positivas ni negativas, sino simplemente neutras. El uso que de ellas hacemos es lo que las caracteriza como buenas o malas.

Como dice B.W. Maturín en **Del conocimiento y el gobierno de sí:** "Nada hay en el hombre, ninguna sustancia, ninguna facultad, ninguna potencialidad que sea mala en sí misma. Analicen el Alma del mayor santo y después la del mayor pecador y no encontrarán en uno, un solo elemento que no se halle en el otro. Consideren el alma de Magdalena o de Agustín, antes y después de la conversión. En ninguna de ellas falta, después de la conversión, nada que no estuviera antes. Nada perdieron, nada destruyeron; antes habían alcanzado el pleno uso de sus facultades" Y prosigue: "La diferencia entre la maldad y la bondad no consiste en la presencia o ausencia, en la preservación o destrucción de cualquir cosa que está en nosotros, el mal, sino en el correcto o erróneo uso de las facultades que Dios nos dió, y no su uso para los fines que no nos han sido dados.... Todo poder, toda facultad, todo don de nuestra naturaleza nos fue otorgado para el bien. Todo nos fue dado para el servicio de Dios y todo puede ser utilizado para su servicio".

En otras palabras. los elementos que componen nuestra personalidad son apenas fuerzas que podemos utilizar con fines evolutivos, para el bien. De hecho esto se verifica cuando el Alma, el verdadero Yo, toma el control de su instrumento y lo utiliza para el servicio de la Humanidad y los fines espirituales por ellos conocidos.

Nada hay en nosotros de perversos; apenas una actitud errada que nos identifica con el lado ilusorio e irreal de la vida y que, inevitablemente, nos lleva a cometer errores.

En sentido absoluto, el mal no existe; existe apenas la ignorancia, la inconciencia y la falta de luz.

Por lo tanto, cuando un hombre, después de varias experiencias y de madurar, despierta y toma conocimiento de su verdadera naturaleza y del verdadero y exacto objetivo de su existencia, nada necesita destruir; sólo canalizar y reorientar sus energías y facultades para el verdadero y exacto objetivo; esto es para la Luz, el Progreso y el Bien de la Humanidad.

Naturalmente, puede haber un período de lucha y conflicto interior hasta que la voluntad asume el predominio de las energías personales con el fin de dirigirlas y de canalizarlas. Puede haber un fase bastante prolongada de represión y de disciplina, pero nunca de anulación o de destrucción.

Debemos tener claro en la mente, que incluso cuando luchamos para dominarnos, estamos apenas intentando un nuevo orden, una nueva dirección para nuestras fuerzas psíquicas.

Muchos de los obstáculos que a veces surgen cuando nos preparamos para el trabajo de autoformación, se vuelven más superables cuando tenemos conciencia de esta verdad.

La autoformación es una tendencia natural del hombre, ya que él es así espontáneamente, ansía crecer y desarrollarse como todo en la naturaleza. Es la propia ley de evolución de la naturaleza la que lo impulsa a este crecimiento interior, la que lo conduce siempre a nuevas expansiones de conciencia, de maduración y conquistas, para poder expresar sus más altas cualidades y hacer realidad su naturaleza espiritual.

De esto nace un sentimiento de plenitud, de alegría, de armonía. La desgracia del hombre proviene de su encarcelamiento en las tinieblas de la materia y del conflicto inconsciente que se desarrolla dentro de él entre las fuerzas involutivas y las evolutivas, cuando su verdadera felicidad consiste en la autorrealización y en la capacidad de expresar su Alma en los tres mundos.

Por eso la superación del yo inferior no es una renuncia árida o vacía ni la muerte de la personalidad.

La muerte, en sentido material, no existe; es apenas un pasaje a otro plano de existencia, una retirada del Alma, de un nivel más exterior hacia otro, más interior y más sutil. No existe, por lo tanto, destrucción y fin de una tendencia negativa nuestra, sino un retiro de un plano inferior y una reorientación hacia una dirección más elevada.

El conocimiento de este hecho resulta de gran auxilio y favorece una consideración más serena y objetiva de todos los aspectos de nuestra personalidad (los buenos y los malos), de todos nuestros impulsos, deseos y tendencias; y nos da la posibilidad de visualizar las posibilidades latentes que hay allí para el bien. Necesitamos utilizar todo cuanto tenemos: defectos y virtudes, impulsos negativos y tendencias positivas, sublimando los primeros, potencializando los segundos y siguiendo así el camino natural de desarrollo y de crecimiento.

De este modo, facilitamos la tarea de quien siente en lo íntimo la aspiración de dominarse con el fin de realizar seriamente un trabajo real y constante de autoformación.

Es preciso identificar la meta final, mantener elevado el ideal, aprender a discernir cuál es el siguiente paso y reconocer los diversos grados de ascenso, antes de llegar a la cima.

Buena parte de los fracasos en el camino de la autoformación se originan en la sensación de inadecuación y de incapacidad que surge en el ánimo de aquellos que lo enfrentan con demasiado entusiasmo y se proponen metas excesivamente arduas y lejanas, para después percibir que le faltan fuerzas y aptitudes para lograrlas.

El aspirante espiritual sabe que la ruta es larga y ardua y no tiene ilusiones de poder recorrerla con agilidad y rapidez. Se contempla a sí mismo sin ilusión, objetivamente. Sabe reconocer los límites de sus propias fuerzas y utilizar sus propias capacidades. No ignora que debe seguir para adelante, que precisa caminar, sin miedos ni excitaciones, con constancia, confianza y coraje, teniendo siempre delante de los ojos y de la mente la expresión "sin prisa, pero sin pausa" que lo acompañará paso a paso, en dirección a la Luz.

2ª LECCION

Las Bases de la Autoformación

LA PRIMER COSA QUE DEBE HACER Y DEJAR BIEN EN CLARO para sí mismo quien se dispone a iniciar un trabajo de autoformación, es determinar qué fin quiere alcanzar. Eso es porque es necesario "formar un ideal".

¿Cómo puede una persona mejorarse a sí misma, reparar en los propios defectos, en los errores que comete, si no tiene delante de sus ojos un término de comparación?

¿Cómo podemos comprender que somos imperfectos, cuando ignoramos qué es la perfección?

Es necesario, entonces, prefijar una meta superior conquistada en cada paso, un ideal ante el cual inclinarnos, para intentar identificarnos con él.

Naturalmente el ideal de la perfección puede ser variado, de persona a persona, por presentar cualidades diferentes, de acuerdo al temperamento de quien elije.

Un místico, por ejemplo, deseará ser un santo; un temperamento científico deseará ser un benefactor de la humanidad en el campo de la ciencia; un artista intentará, con todas sus fuerzas, transformarse en una estrella en el campo más sublime del arte, y así todos.

Todavía, es necesario tener bien claras algunas ideas y por sobre todo las siguientes: el ideal que nos debemos proponer será "espiritual" y no terrenal ni personal, y debe tener en sí cualidades "espirituales" y cualidades "anímicas".

En este punto, me parece oportuno hacer una pausa y abrir un paréntesis a fin de indicar las cualidades del Alma:

Sabemos que el Alma, el Yo superior, tiene tres aspectos:

Voluntad-Padre

Amor-Hijo

Actividad Inteligente-Espíritu Santo

Todavía, tales aspectos y cualidades no se asemejan a nosotros, que vivimos inmersos en la personalidad; nosotros los concebimos, más como de otra natulareza, más amplia, impersonal, universal y unitaria.

La Voluntad del Alma no es la de la personalidad, limitada, egoísta, ambiciosa, afectada, y sin dinámica, amplia, liberadora y altruísta: es la Voluntad del Bien.

El Amor del Alma nada tiene que ver con el sentimiento personal que conocemos y que hace vibrar nuestro cuerpo emotivo. Es una radiación vivificante, magnética que da el sentido de unidad, de universalidad, de conciencia de grupo, de comprensión completa y del poder de identificación con otros seres humanos y con todo lo que forma parte de la Creación. No es posesivo, no es exclusivo, no es limitado, no pide reciprocidad, pero se expande con un calor vivificante, como un manantial natural.

El ofrece el poder de comprender, de intuir, de vibrar al unísono con todo lo que existe.

El lado activo del Alma es, sobretodo, el de la creatividad y el de la sabiduría. Es una luz vívida y radiante, limpia y clara. La mente del Alma no se razona: sabe. No conoce: intuye. Y encima de todo es Luz.

Siento que, todavía no hay más que "palabras" aquí, las cuales no consiguen expresar toda la belleza, la armonía, la plenitud de las cualidades del Alma, que aquí intentamos definir. Nos empeñamos en imaginar cuáles son y en ese esfuerzo nos elevamos, hasta que con el tiempo, y después de varias fases de purificación, nos podemos sintonizar conscientemente con la vibración Anímica y tener la revelación de su verdadera naturaleza. Sabremos cómo es el Alma sólo cuando entramos en contacto con ella.

Hasta entonces deberemos hacer lo posible para dar a nuestro ideal todas las cualidades espirituales, las más sublimes que nos vengan a la ima-

ginación, así como las más elevadas, las más impersonales y las más altruistas que nuestra mente pueda concebir.

Este ideal, aún cuando para cada uno pueda asumir una línea particular, deberá poseer las cualidades espirituales fundamentales comunes a todos los demás ideales acerca de la Voluntad, del Amor y de la Inteligencia del Alma.

Debemos, además de eso, saber que nuestra personalidad (la cual es triple: cuerpo físico-etérico, cuerpo emotivo y cuerpo mental), debe alcanzar tal punto de purificación que se pueda transformar en un canal perfecto para las tres energías del Alma; exactamente de la siguiente forma:

el cuerpo mental debe reflejar la Voluntad del Alma

el cuerpo emotivo debe reflejar el Amor del Alma

el cuerpo físico-etérico debe reflejar la Actividad inteligente del Alma

Por lo tanto, como dijimos en la lección anterior, nada debemos destruir de nuestra personalidad; sólo debemos refinar, purificar, sublimar.

Las tres energías de la personalidad (etérica, emotiva, intelectual), son apenas el reflejo degradado de las tres energías del Alma. Este hecho lo debemos tener presente siempre.

El ideal que debemos alcanzar, entonces, no debe ser vago ni impreciso, sino definido, bajo todos sus ángulos. En otras palabras, debe ser la imagen del verdadero Hombre, de aquello que "realmente somos" en potencia. Es evidente, por lo tanto, que aquello que proponemos no es nada utópico ni ilusorio, ni efímero, sino algo eminentemente concreto y positivo.

Parece absurdo, pero necesitamos volver a "aquello que realmente somos".

Como dijimos en otra ocasión, necesitamos dar expresión a aquello que está latente, a nuestra verdadera naturaleza espiritual, a nuestro verdadero yo, al Alma.

Esclarecida la meta y definido en términos precisos el ideal a alcanzar, necesitamos ver concretamente qué haremos para conseguir tal fin.

En primer lugar, necesitamos hacer un balance, por así decirlo, lo más próximo a la realidad, de nuestro grado evolutivo, de nuestro temperamento psicológico, y de las condiciones de los vehículos de nuestra per-

sonalidad; en segundo lugar necesitamos preparar un programa pormenorizado del trabajo a realizar.

Un balance, aunque sintético, es necesario para que comprendamos cuáles son nuestras mayores deficiencias y cuáles, al contrario, los puntos sobre los cuáles podemos aplicar la palanca.

Necesitamos, por ejemplo, intentar determinar si somos predominantemente introvertidos o extrovertidos, o mejor si tendemos más a volvernos hacia nuestro interior, a reflejar, a dar más importancia a nuestro mundo subjetivo que al objetivo, o si somos inclinados a expansiones dirigidas al exterior, a hacer, a observar el mundo que nos rodea, etc.

Además, necesitamos poder especificar cuál es la vía más madura y desarrollada de nuestra personalidad (la etérica, mental o emotiva) y que por lo tanto podemos usar más a menudo. Comprenderemos también nuestra "polarización"; es decir, en qué vehículo se focaliza predominantemente nuestra conciencia.

Necesitamos, por lo tanto, tener un cuadro bastante claro de nosotros mismos, incluso trazados sólo a grandes rasgos, para así poder iniciar una obra de formación verdadera y propia.

La primer cosa que haremos, es tratar la purificación, que en realidad, es una obra de preparación de terreno, de beneficio, de liberación de los impedimentos, impurezas y defectos.

¿Qué significa en realidad "purificar"? Literalmente significa "volverse puro, limpio, claro, aseado", liberarse de las impurezas, de las escorias.

Cuando se quiere extraer un metal puro, se somete a una substancia bruta, a varias operaciones químicas, hasta que toda la escoria salga, se aparte y se queme.

En cierto sentido, nosotros también necesitamos descubrir el "metal puro", el oro de los alquimistas, o mejor, nuestra verdadera individualidad, nuestro Yo verdadero; de este modo, poco a poco, aprenderemos a discernir en nosotros mismos qué es real y qué es irreal; lo que pertenece al Yo, y lo que pertenece al no-yo. Para esto es preciso someterse al proceso de la purificación.

Los tres vehículos de la personalidad deben espejar respectivamente las cualidades del Alma. Las sustancias que componen estos tres cuerpos personales deben ser eliminadas y finalmente reemplazadas por energías Anímicas. Por ahora esto es remoto; contentémonos por aho-

ra con una meta más próxima o, antes transformar estos tres vehículos límpidos, claros y puros, por medio del refinamiento de las substancias que la componen.

A esta altura, surgen necesariamente algunas preguntas: ¿Qué significa realmente "impureza"? ¿Qué vuelve impuro a nuestros tres cuerpos de personalidad?

Si consideramos cada uno de los vhículos como un conjunto de energías, la impureza significa: "vibración baja, lenta".

Cada cuerpo (o vehículo) de nuestra personalidad está subdividido en siete subplanos o siete gamas vibratorias. Cuando un hombre es poco evolucionado, apenas las más bajas gamas vibratorias de sus vehículos están en movimiento.

Si traducimos la palabra "vibración"a términos psicológicos, tendremos "calidad", "tendencia", "característica", etc. De hecho, si un hombre tiene cualidades negativas, o dicho de otro modo, defectos, fallas, actitudes erróneas, etc., sus vibraciones psíquicas serán bajas. En cambio si se tiene cualidades positivas, tales como virtudes, valores, aspiraciones superiores, sus vibraciones serán más elevadas y frecuentes.

A todos nuestros vehículos corresponden cualidades y características particulares y de hecho, los tres vehículos de la personalidad pueden tener virtudes y defectos propios.

Por lo tanto, la primer cosa que podemos hacer es un análisis que examine nuestros defectos y valores, tratando luego de decidir a qué vehículo son atribuibles.

Así podremos percibir cuál de nuestros tres cuerpos es el más puro y elevado y cuál el más impuro.

Sabremos así cual es la vertiente de nuestras mayores dificultades, y cual es el punto en el que tenemos mayores ventajas y sobre el cual nos podemos apoyar.

La purificación es por eso una obra de refinamiento de vibraciones de cualquiera de los tres vehículos; es decir eliminación de defectos, de los lados negativos de cada uno y de su substitución por las cualidades y virtudes correspondientes.

Las personas comunes, cuando oyen hablar de "impurezas", generalmente unen el término apenas al lado físico e instintivo del hombre, cuando pueden existir impurezas mucho más graves y nocivas en el campo de las emociones y del pensamiento.

Por esto pienso que es muy importante comprender bien qué significa pureza física, pureza emotiva y pureza mental, aclarar cuáles son las mayores impurezas del:

1) cuerpo mental (inferior)

2) cuerpo emocional

3) cuerpo físico-etéreo

Existen dos especies de impurezas:

a) las propias de varios vehículos

b) las derivadas de las influencias de otros vehículos o del exterior

La impureza propiamente dicha es la que se encuentra en un vehículo dado por efecto de vibraciones bajas y groseras y de carencia de refinamiento de la sustancia que la compone; esas vibraciones se transforman en defectos, negativismo, fallas y actitudes erróneas, etc.

Las impurezas derivadas son las nacidas de la influencia de otros vehículos o de energías provenientes del exterior, que provocan una mezcla híbrida de vibraciones. Naturalmente nos referimos aquí a las influencias negativas e impuras y no a las buenas y positivas.

También es verdad que los vehículos (o cuerpos) de nuestra personalidad no deberían funcionar separadamente y sí establecer una cooperación armónica y un intercambio continuo de energías, lo que debería provenir de un modo controlado y directo del vehículo superior, que es la mente, la que naturalmente debería ser purificada y desarrollada adecuadamente. Generalmente ocurre que, al contrario, hay una influencia recíproca entre los tres vehículos, pero no en sentido positivo. Por ejemplo, los instintos (cuya ubicación es en el etérico) pueden influir las emociones, suscitando pasiones y deseos, que influencian hasta la mente, la cual será en este caso, empleada para conseguir el deseo y estará por lo tanto sujeta al instinto.

No sólo un vehículo inferior puede influir negativamente al superior, sino que también el superior puede aumentar la impureza del inferior. Por ejemplo, el odio a una persona dada puede ser aumentado por la mente productora de orgullo, separación, pensamientos de crítica maliciosa.

Considerando, por lo tanto, que en todos los vehículos existen impurezas propias (derivadas de la propia naturaleza de la substancia que la

compone), y también de impurezas derivadas, nos cabe observar y analizar con el fin de verificar, si los defectos humanos derivan del grado evolutivo de un vehículo dado, o del funcionemiento errado de ese vehículo.

En la personalidad armónica y equilibrada el vehículo superior domina al inferior, no lo influye negativamente y no es influenciado por él.

Surge naturalmente una pregunta: ¿Es mejor comenzar la purificación del exterior o del interior? En otras palabras: ¿Iniciar la purificación del mundo psíquico o del físico?

Hay una gran diferencia entre pureza exterior y pureza interior; dado que la primera es una cosa francamente física y material, es posible conseguirla por la simple obediencia a las reglas de higiene y limpieza. La segunda, en cambio, por su carácter psíquico, y por lo tanto energético, presupone la adquisición de una serie de cualidades morales, además de la superación del egoísmo.

La verdadera pureza es la interior, y de ella se obtiene espontáneamente la exterior. Por eso sería lógico que comenzáramos en la interior para así alcanzar la exterior.

Todavía, no siendo fácil conocer lo más profundo de nosotros mismos, raramente se aconseja que se tome como punto de partida el elemento más fácil de conocer para cualquiera de nosotros, o el vehículo para el cual sentimos más necesaria la purificación y el nuevo orden.

Puede ocurrir que, al principio, aparezca en el análisis un defecto apenas, o un solo punto negativo, lo que constituye el mayor obstáculo y problema para nosotros. Es entonces en ese defecto que conviene trabajar, antes de considerar la personalidad entera.

Siempre necesitamos tener presente, que la verdadera y real pureza tiene un significado muy profundo, dado que se refiere a lo que se determina: "Si el incentivo de la acción en los tres mundos proviene del deseo personal, si la acción fue realizada por medio del uso de la mente inferior, entonces su característica será la impureza". (Alice Bailey).

A medida que nos adentramos en el camino de la purificación, percibimos que es preciso investigar siempre más profundamente, a fin de alcanzar el origen de nuestros actos, sentimientos, pensamientos y del impulso que realmente los originó, del móvil que está detrás de las apariencias exteriores. Así descubriremos la verdad y sabremos discernir lo puro de lo impuro. Tal el motivo por el cual una de las cualidades fundamentales que nos aconsejan cultivar es el discernimiento, esto es, la facultad

de evaluar, juzgar y separar lo real de lo irreal, lo justo de lo injusto y lo verdadero de lo falso.

Al mismo tiempo que el discernimiento, debemos desarrollar cada vez más el sentido moral: la capacidad de comprender qué es lo justo, verdadero, constructivo y qué lo nocivo e injusto.

No todos tienen el sentido moral igualmente desarrollado ni se puede juzgar el grado de desarrollo de un hombre por su mayor o menor amplitud y profundidad.

En nuestra propia profundidad yace la verdad. Nadie más puede descubrirla, sólo nosotros mismos. Los otros sólo pueden juzgar desde el exterior, desde las apariencias. Un acto puede ser juzgado bueno por los otros, pero sus raíces están apoyadas en la ambición y en el interés. Sólo nosotros mismos, frente a nuestra conciencia, podemos saber cuál fue el móvil de nuestros actos.

Lo exterior, por lo tanto, de nada vale; no cuenta que nos crean buenos, sabios, justos y afectuosos si, confrontados con nuestra propia Alma, reconocemos que ella abriga egoísmo y ambición.

La verdadera pureza es por lo tanto, un hecho interior, una conquista interna.

Por eso que iniciaremos con el examen de la purificación mental, pues "como el hombre piensa, así es él". Debemos, por lo tanto, comenzar por purificar nuestro modo de pensar, a fin de poder, poco a poco, actuar sobre los demás vehículos elevados y llevar la Luz y la Pureza a toda nuestra Personalidad.

CUESTIONARIO

1- ¿Tenemos clara la meta a alcanzar en nuestra autoformación?

2- El fin de la vida es manifestar en la personalidad las cualidades del Alma. ¿Sabe decir cuáles,según su modo de ver, serían esas cualidades?

3- ¿Cuál de los tres vehículos de su personalidad le parece el más desarrollado y cuál el menos?

4- ¿Cuál el más purificado y refinado y cuál el menos?

5- ¿Cuál de los tres cuerpos presenta para usted mayores dificultades y obstáculos?

6- ¿Cuál es el que usted menos domina?

7- ¿Qué significa impureza?

8- ¿Qué significa, según su modo de ver, purificación?

9- ¿Por qué se dice que la verdadera pureza es la interior?

10- ¿Qué significa "móvil justo"?

11- ¿Usted cree ser predominantemente extrovertido o introvertido?

3ª LECCION

La Purificación Mental

ANTES DE INICIAR EL EXÁMEN DE PURIFICACIÓN MENTAL, hagamos una pausa, a fin de considerar la composición del cuerpo mental del hombre. Por "cuerpo mental" entendemos el conjunto de principios intelectuales, así como por las palabras "cuerpo emotivo" entendemos el conjunto de energías y cualidades afectivas.

El cuerpo mental tiene varios niveles y gamas vibratorias, como los demás vehículos de la personalidad, pero en cuanto a éste conviene recordar una diferencia muy importante. Los niveles de los otros cuerpos de la personalidad (siete para cada persona) pertenecen en su totalidad al plano de la personalidad, mientras que de los siete niveles del cuerpo mental, los primeros tres (los superiores) pertenecen al plano del alma y los últimos cuatro (inferiores) pertenecen a la personalidad. Los tres superiores son llamados globalmente por el nombre de "cuerpo mental superior", y los cuatro inferiores "cuerpo mental inferior" o concreto.

Esto podría llevar a creer que la mente del hombre forma un todo único con el Alma. No es así.

En realidad, entre la mente inferior y la superior existe una interrupción, un corte, que el hombre deberá superar poco a poco, lanzando desde el nivel más bajo, el *"antakharana"*, un puente cuya construcción requerirá un trabajo largo y difícil, métodos y técnicas de meditación, desarrollo mental y amplificaciones que aún se situan muy lejos del hombre común.

¿Por qué existe esta escisión?

El hombre, cuando piensa usa generalmente, los últimos dos niveles, o planos inferiores del cuerpo mental inferior o, precisamente, el sépti-

mo y el sexto, dejando de utilizar y por lo tanto permitiendo que se atrofien, el cuarto y el quinto nivel.

Solamente cuando se comienza a desarrollar la capacidad de raciocinio abstracto, la amplia e impersonal inteligencia del sabio o del filósofo, es cuando la mente comienza a liberarse de impurezas, incrustaciones y limitaciones, y comienzan a vibrar el cuarto y el quinto plano inferior y se comienza a construir el "*antakharana*".

Estamos ligados al Alma por medio del "hilo de la vida"(*sutratma*), el cual da vitalidad, energía y existencia a la personalidad, pero no el conocimiento, la conciencia y la percepción intelectual del plano anímico.

Por medio del "*sutratma*", que atraviesa los tres vehículos de la personalidad, podemos llegar a un rápido vislumbre, a una visión fugaz del esplendor del Alma, en momentos de elevación y de aspiración ardiente; el contacto, entonces, consciente y duradero, sólo nos será posible después de construido el puente entre la mente inferior y la superior.

Tal puente debe ser construido desde los cimientos.

Extendernos ahora en este asunto sería prematuro y esconder, bajo una simplicidad aparente, todo un trabajo prolongado y complicado, una técnica de meditación es estar en un grado evolutivo que aún nos falta alcanzar. Nos ocuparemos aquí de la mente inferior, que debe ser purificada, dominada y en todo caso desarrollada.

El nivel superior del mental, donde residen la intuición, la razón pura y el mundo de las ideas abstractas, debe ser dejado de lado por ahora.

Durante la presente lección utilizaremos, una y otra vez, el término "mente" para referirnos al cuerpo mental inferior.

El problema de la mente es demasiado vasto y complejo y no tenemos la presunción de desarrollarlo completamente en un estudio breve como éste. Procuraremos tocar los puntos principales y presentar las líneas generales sobre las que cualquier persona podrá reflexionar más profundamente, a medida que prosigue en el camino de la formación espiritual.

Antes de examinar cuáles son los obstáculos, defectos e impurezas que pueden encontrarse en la mente, intentaremos verificar cuál debería ser su verdadero objetivo y su verdadera naturaleza.

En lo que se refiere a la personalidad, la mente debería representar el factor dirigente, el punto a partir del cual debería proceder el gobierno y el control de las energías personales. Es preciso no olvidar que la mente representa el reflejo de la Voluntad espiritual en la personalidad.

En relación al mundo objetivo, la mente debería funcionar como órgano de conocimiento, transformando las sensaciones que nos llegan, trasmitidas desde el mundo exterior por medio de los cinco sentidos, bajo la forma de conceptos, ideas, raciocinios, etc.

En la realidad, la mente tiene característica dual y por eso puede volverse al interior o al exterior.

Es comparable con Jano, el de las dos caras, que tiene un rostro vuelto hacia el mundo de las formas, para las manifestaciones, y otro mirando hacia el mundo interno, subjetivo.

El hombre, todavía, utiliza casi exclusivamente la cara volcada hacia el exterior, y esto es un error, pues él cree real aquello que es ilusorio y no consigue pasar más allá de la forma objetiva. Lo que dice respecto de la personalidad es que no sabe utilizar la mente como factor dirigente, dejándose dominar por los instintos, por las pasiones y permitiendo incluso, que la mente se subordine a éstos.

La mente, cuando es utilizada para el exterior, puede constituirse en un gran problema para el hombre, e incluso en un inmenso obstáculo.

En la "Voz del Silencio" está escrito: "La mente es la gran destructora de lo real" esto significa, que ella, con su actividad continua, con sus raciocinios engañosos, hace que identifiquemos la realidad con el mundo ilusorio que conocemos por los sentidos, produciendo una especie de neblina que impide el libre flujo de la intuición.

"Es la naturaleza dualística de la mente la que produce la ilusión, pues la mente le presenta al hombre las llaves del reino de los cielos o le cierra la puerta en la cara, esa puerta que lo podría admitir en las realidades espirituales. La mente concreta es la causa de muchos males para la humanidad".

Por lo tanto, si no aprendemos el verdadero uso de la mente y su objetivo —en lugar de ver en ella un gran auxilio, que nos podría conducir al "Reino de los Cielos"— tendremos una serie de dificultades y problemas difíciles de superar.

Todavía, en la presente fase evolutiva, todos tenemos que resolver muchos problemas de naturaleza mental y mucho que desarrollar.

Veamos ahora cuáles son los puntos a examinar, en lo que se refiere a la mente.

La primer cosa que debemos intentar comprender, por medio del autoanálisis, son las dificultades y las fallas de nuestra mente, causadas por

el escaso desarrollo, o tal vez, derivado de un desarrollo erróneo y de una falta de purificación.

Existen, naturalmente, varios grados de desarrollo mental, y no podemos pretender haber alcanzado eficiencia completa y el punto máximo de evolución mental; puede incluso darse el caso de que nuestra mente esté en un nivel evolutivo inferior a los otros dos vehículos de la personalidad, de donde se deriva su falta de libertad, su falta de dominio y de limpieza, de su situación continuamente ligada, subordinada y ofuscada por influencias instintivas y emotivas.

Debemos, por lo tanto, reconocer con objetividad el grado de desarrollo de nuestra mente a fin de poder actuar con oportunidad.

Existen personas hasta con mente embrionaria, que utilizan predominantemente el cuerpo emotivo. Su problema, por lo tanto sale de la órbita de lo que tratamos en la presente lección, lo cual tiene que ver con la purificación mental: pero ésta será lo mismo que el "perfeccionamiento mental".

Trataremos ahora las mentes que tienen un cierto grado de evolución e intentaremos determinar cuáles pueden ser los principales defectos del cuerpo mental inferior.

Como vimos en la lección anterior, pueden existir en cada vehículo de la personalidad, impurezas propias e impurezas derivadas, y lo mismo ocurre también en la mente.

I- Las impurezas derivadas, esto es, las influencias de los otros cuerpos personales sobre la mente son causadas por el escaso desarrollo del vehículo mental, en confrontación con los otros dos. Por esta razón, como quedó dicho más arriba, el pensamiento deja de ser limpio y libre y se torna confuso con elementos emotivos e instintivos. Se puede decir que no existe el pensamiento en sí y sí un estado descripto por el término en sánscrito "kama-manas" (*kama:* deseo; *manas:* mente).

La mayor parte de la humanidad está en este estado "kama-manásico" y no sabe, como resultado, distinguir entre pensamiento, emoción o impulso instintivo, tal es el grado de mezcla y confusión en su psique. La mayor parte de las personas usa la mente sólo en las ocasiones en que debe estudiar, analizar un argumento difícil o resover un problema, y eso mismo incluso con esfuerzo y por tiempo limitado; permanecen generalmente en un estado pasivo y de confusión, en el cual la mente es apenas un instrumento que registra los estímulos que le son transmitidos por medio de las sensaciones, pero sin formular raciocinios, ideas o conceptos.

Pocos son los que saben pensar.

Tal declaración puede parecer demasiado pesimista, lo que en la realidad no lo es, pues lo que impide el pensamiento es la propia vida moderna, con su actividad incesante, su extroversión excesiva y su ritmo agitado. Pasamos de un estado de extroversión excesiva, volcados para el mundo físico, a un estado de tranquilidad semejante a una condición de sueño y ausencia de pensamiento durante el cual, con el pretexto de que estamos cansados y tenemos necesidad de reposo, buscamos distraernos con diversiones y lecturas superficiales.

Muy pocos son los que aman el pensamiento, la lectura, el estudio, la reflexión y que usan su mente y utilizan sus facultades mentales.

Volviendo, por lo tanto, al argumento, las mayores impurezas mentales son derivadas de las influencias emotivas instintivas, pues no sabemos desenredar la mente de aquello que la traba para volverla dinámica, viva y eficiente.

Si reconocemos sinceramente, con un autoanálisis, que aún tenemos una mente kama-manásica, y si sólo conseguimos pensar con esfuerzo y fatiga, debemos intentar poco a poco desarrollar el aparato mental, o mejor, utilizarlo más, pues "la mente se desarrolla con el uso". Es necesario tratar de leer, de estudiar, por lo menos una hora por día, un libro que estimule nuestro mecanismo de pensar y que nos haga reflexionar. Es preciso cultivar el recogimiento, por lo menos durante un espacio de tiempo, todos los días.

Sólo en la soledad se aprende a pensar.

En realidad, en esta fase kama-manásica, se trata de fortalecer y de activar la mente, aún más que purificarla, dado que al volverse más positiva y eficiente, ella se sabrá liberar de emociones nebulosas y de los vínculos de los instintos.

II- En lo que se refiere a las impurezas propiamente dichas, debemos distinguir dos especies:

a) la común a todas las mentes.

b) la particular, de acuerdo al temperamento del individuo.

Veamos primero las impurezas comunes a todas las mentes.

Al principio de esta lección afirmamos que la mente inferior puede constituirse en un gran problema para el hombre y, en la realidad, es así.

3ra. Lección

Cuando el hombre comienza a polarizarse mentalmente, o mejor, a identificar la conciencia de su "yo" con esa polarización, sobreviene una modificación muy sensible en su actividad interior.

Antes, mientras predominaba el cuerpo emotivo, la conciencia de "yo", como entidad separada e individualista, era débil e incierta, dado que la polaridad emocional era vaga y fluctuante y volvía imprecisos los límites y contornos de la personalidad. La persona emotivamente polarizada estaba abierta a todas las influencias y oscilaba continuamente entre varios estados psíquicos, careciendo por lo tanto de "fisonomía" individual muy precisa y de una conciencia del "yo" personal bien delineada y firme.

Al contrario, al pasar a la polaridad mental, la primer cosa que el hombre descubre es que es un "yo" separado, un ser pensante. El "*cogito ergo sum*" de Descartes, significaba tal vez esto: si pienso, "yo soy", colocando la importancia sobre todo en el hecho de que "yo soy", no aún en el sentido espiritual, pero sí en lo personal y separador.

El reconocimiento de que yo, como entidad separada, como uno, no es algo malo por sí solo, o algo nocivo; es, al contrario, un progreso confrontarse con la vaga conciencia de masa, pero debería tener una etapa de paso para profundizaciones posteriores, un grado en el ascenso para el reconocimiento de que el yo es, en la realidad, una entidad bien definida y precisa, pero también algo Divino y común a todos los individuos, además de ser un factor interno que los fraterniza y los funde en un sentimiento de Unidad subjetiva.

Pero el hombre, al encontrarse frente al descubrimiento de su propia individualidad, es, inicialmente, invadido por un sentimiento de orgullo infinito, de fuerza, de superioridad, porque halla que es lo único que "**siente la vida**" y tiene la percepción de la propia existencia, y se siente "**diferente, aislado, separado**" de los demás.

Surge entonces la insidia oculta en la mente: el sentimiento de separación. De allí se derivan todos los defectos, impurezas y equivocaciones que transforman la mente en un mecanismo peligroso y en un poderoso obstáculo, que el aspirante espiritual debe saber superar y transformar.

Es porque todas las mentes con cierto grado de desarrollo, pero aún no purificadas ni iluminadas, poseen como defecto fundamental la separación, que suscita el egoísmo, el orgullo, la presunción, la ambición, la crítica, la dureza, la intolerancia, el desprecio y todas las impurezas que tienen como perspectiva la conciencia equivocada de sentirse diferentes, separadas, superiores en relación a otros hombres.

La purificación mental

"La mente concreta es siempre egoísta, egocéntrica, y expresa la ambición personal que trae dentro de sí el germen de la destrucción". (Alice Bailey),

El hombre, entre tanto, debe pasar necesariamente a través de la fase de desarrollo de mente inferior y atravesar el estadio de polaridad mental, pero si tiene conciencia de los peligros, de las insidias ocultas, sabrá afrontarlas y superarlas más fácilmente.

El aspirante espiritual necesita saber que su tarea es desarrollar la mente, volver su aparato mental más eficiente y poderoso y al mismo tiempo, debe conocer los peligros, las dificultades que surgen del desarrollo mental, a fin de saberlos evitar con sabiduría, equilibrio y discernimiento, sin olvidarse del cultivo del amor en su corazón, la comprensión del prójimo y la pureza de motivos.

Poco a poco, aprenderá a utilizar la mente, e incluso a volverla para su interior, transformándola en un verdadero instrumento del Alma que intenta comunicarse con la personalidad.

Veamos ahora las impurezas mentales "particulares", o mejor dicho las debidas al particular tipo psicológico, la ubicación de un rayo* de una mente dada.

Las mentes, de modo general, son de tres tipos:

1) La mente del tipo científico (V Rayo)

2) La del tipo que armoniza los opuestos (IV Rayo)

3) La del tipo filósofico (III Rayo)

Cada uno de estos tipos mentales tiene sus características, sus cualidades y sus defectos, así como su modo particular de concebir ideas, de razonar, además de poseer su modo de funcionamiento específico, que es diferente en cada uno.

Trataremos ahora los defectos y los lados negativos así como las impurezas de cada uno de estos tipos de mentes.

1) La mente del tipo, así llamado científico (V Rayo) es muy analítica, profundamente aguda, además de observadora; se vuelca hacia el estudio del mundo objetivo, de los hombres y de los fenómenos de la naturaleza, deseosa de descubrir las causas que están subyacentes a las cosas.

* Una amplia explicación del significado de los Siete Rayos en el Apéndice, pág. 129.

De estas actitudes típicas se derivan, cuando la mente pertenece a un hombre aún no purificado e iluminado en el Alma, los siguientes defectos: criticismo, presunción, prejuzgamientos, cristalizaciones, formalismo, rigidez mental, tendencia a juzgar despiadadamente, desprecio por el prójimo, incomprensión, intolerancia, exagerado espíritu analítico, falta de sentido psicológico, materialismo y dureza.

Todos estos defectos y equivocaciones derivan de la actitud particular de esta mente, la cual pretende alcanzar la verdad por medio de los fenómenos, descubrir causas, conocer científicamente las leyes espirituales y la vida del Alma.

Tales actitudes ocurren siempre que despierta en el hombre la intuición y que hay un contacto con un Yo Superior. Los menos evolucionados, al contrario, en este tipo de mentes, producen las impurezas arriba mencionadas, las cuales pueden ser más o menos acentuadas naturalmente, y modificadas por los otros elementos de la personalidad.

2) La mente del tipo de "armonía de opuestos"(IV Rayo) es bastante compleja, dado que antes de alcanzar la armonía, pasa por un conflicto, que naturalmente produce una serie de actitudes erradas, de confusiones y de crisis.

La meta sería poder ver mentalmente los dos lados de toda cuestión y de toda verdad, sabiendo fundirlas en una unidad superior que las incluya a ambas. Pero es exactamente esta tendencia fundamental de ver las cosas de manera dual la que degenera en duda, incerteza, lucha continua, oscilación e inconstancia, además de falta de principios sanos y conceptos claros.

En efecto, la impureza fundamental de este tipo de mente proviene de las oscilaciones continuas entre dos principios. Es por eso que se encuentra en este tipo de mente, muy a menudo, rebelión contra principios morales e incluso una especie de amoralidad, pues le falta la sensación de bien y de mal, de justo y de injusto. Además de eso, es incapaz de juzgar a otros, por falta de dominio, anticonvencionalismo, excentricidad, originalidad y tendencia espontánea a someterse a las influencias de todo género en el campo intelectual.

Todo esto se ve incrementado por continuos conflictos interiores, crisis frecuentes, dudas profundas, pues una actitud mental de este tipo naturalmente no puede producir serenidad y sabiduría, las que se obtienen con discernimiento y equilibrio. Cuando esto se pierde, hay sufrimiento y agitación constante.

Solamente la armonía y la fusión de opuestos en una verdad única y más elevada podrán brindar equilibrio y calma a este tipo de mente.

3) La mente del tipo, así llamado, "filosófica"(III Rayo) es un tanto difícil de comprender, pues hay mucho contraste entre los defectos y las cualidades que puede producir.

Es, ante todo, una mente activa y viva, incluso cuando pertenece a un individuo poco evolucionado, pero su característica principal es la falta absoluta de sentido concreto y práctico.

Es un tipo de mente que se mueve, piensa y vibra, sólo por el placer de utilizar materia mental, de "razonar", incluso en el vacío y sin objetivo, con argumentos inútiles y sin sentido.

De esta típica actitud nacen no pocos defectos en hombres menos evolucionados, por ejemplo la astucia, la tendencia al equívoco, al fraude, a las trampas, a la falta de sinceridad, a la falsedad, a la falta de sentido común, o de concentración, inconstancia, incapacidad de terminar una cosa comenzada, falta de buen sentido, etc. En otras palabras, si tal tipo de mente pertenece a una persona que aún no despertó a la espititualidad, aún egoísta e impura, estará sujeta la inteligencia a objetivos egoístas y de separación de la personalidad.

Si una mente así, al contrario, es iluminada por la intuición, tenemos un filósofo intuitivo, o un matemático abstracto, un hombre de pensamiento y de estudio. En resumen: será la utilización más fácil de la mente y la manipulación de las ideas en su mejor sentido.

Como es fácil percibir, cada cual podrá descubrir, a partir de los propios defectos mentales, las causas que lo produjeron, el tipo particular de su mente, y por lo tanto podrá pasar a actuar sobre ella del modo adecuado, pues, naturalmente, el modo de corregir y de purificar una mente del tipo científico será distinto del que se debe utilizar para los otros tipos de mente.

En efecto, los defectos de las mentes del V Rayo, que provienen de la excesiva identificación con la forma, con el mundo objetivo, se modifican, con el intento de desarrollar la intuición, la sensibilidad psicológica, y además, procurando equilibrar la dureza de la mente y su escasa plasticidad con ejercicios propios para el desarrollo de la imaginación y de la fantasía. La mente de este tipo, en general pertenece a un individuo poco maduro emocionalmente, carente de amor y de afecto; por lo tanto, deberá desarrolar y más utilizar su cuerpo emotivo, que por cierto, en estos casos, es reprimido o embrionario.

Para la mente del IV Rayo, al contrario, será necesario sobre todo el autodominio y después el desarrollo de la sabiduría, del equilibrio y del discernimiento.

Es preciso, además de eso, cultivar la calma y la serenidad interior, a fin de que cuando surja un conflicto, pueda observarlo con una mirada desidentificada y serena y sepa esperar que se resuelva, sin participar ni lanzarse enloquecidamente a la lucha. Será necesario elevarse aún más y cuando se presente una dualidad que debe ser resuelta, será mejor esperar, aguardar a que en esa mente aparezca una tercera alternativa que incluya a las otras dos, fundiéndolas todas.

Quien tiene mente del III Rayo, nos parece que debe actuar de acuerdo a sus motivos y cuidar para que su inteligencia se oriente hacia el bien y para lo justo, y nunca para objetivos egoístas, ociosos e improductivos. Será necesario habituarse a dominar hasta la vivacidad del pensamiento, concentrando en la elección, sobre asuntos en los que tendrá que reflexionar y pensar.

La persona deberá volverse más activa, más concreta y más creativa e intentar dar realidad práctica al pensamiento, en vez de mantenerlo en un plano de abstracción inútil y hasta perjudicial. Todavía, siendo el defecto principal de este tipo de mente, como antes dijimos, la impureza de los motivos, la primer cosa a cuidar será "tratar de superar la tendencia a hacer uso de la mente con fines egoístas y engañosos" aprovechándose de la ingenuidad de los otros.

La purificación mental intenta principalmente que las personas conozcan cuáles son las impurezas y los defectos que se pueden encontrar en la propia mente, pues como vimos, pueden ser múltiples los orígenes de la falta de pureza del aparato mental.

Es preciso reconocer también, que no es fácil actuar sobre la mente, pues la actual fase evolutiva de la mayor parte de la humanidad cree que el principio mental es lo más alto que se conoce, siendo por lo tanto, difícil encontrar punto de apoyo superior desde donde observar el aparato intelectual y actuar de acuerdo con las observaciones.

Naturalmente es más fácil trabajar con el cuerpo emotivo y con el etérico, porque podemos elevarnos sobre ellos, focalizando la atención desde la mente.

Aunque conozcamos la dificultad de este trabajo de purificación mental, debemos intentar realizarlo, porque es de máxima importancia conseguir la pureza de pensamiento. De ella provienen la pureza de los

demás vehículos y de nuestras acciones. El pensamiento, tarde o temprano, se traduce en actos; por eso que se dice: "Como un hombre piensa en su corazón, así él es".

Intentemos igualmente, reflexionar de modo consciente durante un cierto espacio de tiempo, todos los días y recogernos para intentar analizar el funcionamiento de nuestra mente y verificar, sobre todo, si es suficientemente desarrollada o no, y si en ella se encuentran impurezas provenientes de otros vehículos (lo que ciertamente encontraremos) y sí, además de eso, existen impurezas debidas a nuestras propias actitudes mentales erróneas, dado que no aprendemos a hacer de nuestra mente un instrumento al servicio del Alma; nosotros la utilizamos de manera continua para obedecer los deseos y las necesidades de la personalidad.

De hecho encontraremos algunas de estas impurezas, junto con muchas deficiencias de desarrollo; será preciso, entonces, con calma y con paciencia, poner manos a la obra. Una vez que deseemos que, poco a poco, nuestro cuerpo mental se purifique, se desarrolle en toda plenitud y comience a vibrar en todos sus niveles para que se disminuya la brecha entre la mente inferior y la mente superior; será necesario que superemos defectos y errores. De este modo, comienza la construcción de la primer arcada del puente que subirá hasta el Alma.

CUESTIONARIO

1- ¿Sabe pensar de modo claro, límpido, libre de influencias emotivas o instintivas?

2- ¿Tiene facilidad para concentrar la mente sobre cualquier asunto, o no?

3- ¿Es capaz de dominar por el razonamiento un fuerte estado emotivo o un afecto predominante?

4- ¿Para usted, es fácil o difícil reflexionar sobre asuntos abstractos?

5- ¿Cuáles son los asuntos y las disciplinas intelectuales que más atraen su mente?

6- ¿Es capaz de comprender mentalmente a otras personas, sus temperamentos y exigencias, o se siente llevado a juzgarlas?

7- ¿Percibe los defectos de otras personas? ¿Qué reacciones experimenta en cuanto a ellas?

8- ¿Cómo se comporta con quienes tienen ideas, u opiniones distintas a las suyas?

9- ¿Cuál es su actitud con personas de tipos emotivo?

10- ¿Usted es abierto a ideas nuevas, libre de preconceptos o fanatismos?

11- ¿Ya tuvo un relámpago de intuición en cuanto a cosas abstractas, universales e impersonales?

4ª LECCION

La Purificación Emotiva

LOS PROBLEMAS Y DIFICULTADES que presenta el cuerpo emotivo son muy diferentes al del mental.

El cuerpo emotivo, que está subdividido en siete niveles, está compuesto por una sustancia fluida, móvil, impresionable, sensible: es la substancia "astral", que toma el color y el movimiento de su ambiente, recibe impresiones de todos los deseos huidizos. Entra en contacto con todos los caprichos y fantasías de su ambiente; toda corriente pasajera la pone en movimiento, todo sonido la hace vibrar"... (de **Cartas sobre la Meditación Oculta,** de Alice Bailey.)

Es esa la razón por la cual, en el campo esotérico el símbolo de la naturaleza emotiva es el agua, que también es fluida y móvil, toma la forma y el color del recipiente que la contiene y refleja la menor luz o sombra.

Existe, todavía, una razón oculta para estas particulares características de la substancia astral, que esconde el verdadero objetivo del cuerpo emotivo. Este debería simplemente "reflejar" impresiones, energías que provienen del aspecto Amor del Alma, y "transmitirlas" a los cuerpos inferiores, como objetivos de servicio. Es por eso que el cuerpo emotivo debería ser siempre calmo, tranquilo, sereno, límpido como un espejo en el cual se reflejaran las luces que vienen de lo alto y que deben ser retransmitidas y difundidas en los planos de la manifestación.

La naturaleza emotiva de la mayoría, al contrario, es agitada, vibrante, movida por los deseos, por las emociones, por las impresiones y por las sensaciones de todo género.

4ta. Lección

Es necesario decir en este punto que el cuerpo emotivo, precisamente por causa de su extrema sensibilidad y receptividad, está abierto a todos las influencias, a la inversa que el cuerpo mental inferior, que al principio es cerrado, separador y positivo. El sentido de individualidad, que se forma con la polarización mental, está ausente en el individuo emotivamente polarizado; éste generalmente tiene una conciencia del "yo" vaga, fluctuante y no es raro que sea múltiple, que oscile entre sus varios estados de ánimos y se sumerja en las agitadas ondas de la emoción.

En seguida, en el nivel evolutivo más alto, esta receptividad del cuerpo emotivo podrá ser muy útil al aspirante espiritual, permitiéndole tornarse, por medio de ella, más sensible a las necesidades y a los sufrimientos de otros, sentir y comprender los dolores, sentimientos y vibraciones de aquellos que en él buscan auxilio y consuelo. Sabrá dominar y utilizar para el bien la energía emocional, por medio de la cual podrá "sentir" la vida psíquica de otras personas y tomar parte en ella.

Al comienzo, no obstante, no estando el hombre aún purificado y dedicado al servicio del Alma, ni habiendo comprendido aún su verdadera naturaleza y el verdadero fin de la vida, el dominio del cuerpo emotivo será muy difícil de conseguir. El hombre oscilará entre la entrega completa a las exigencias y a las necesidades del cuerpo emotivo, dejándose guiar y hasta arrebatar por sus energías, y la represión y la inhibición, que lo vuelven duro, frío, cerrado y mutilado en su sensibilidad afectiva, que es, por lo tanto, tan necesaria a una vida armónica.

Los problemas de naturaleza emocional son diversos de persona en persona, de temperamento en temperamento, pudiendo ser causados tanto por exceso como por carencia de emotividad.

Creo, no obstante, que será oportuno, antes de comenzar a hablar de los defectos y las impurezas que pueden ser encontradas en el cuerpo emotivo, señalar la diferencia que existe entre "emociones" y 'afectos", desde el punto de vista psicológico, pues ésto podrá servir para dar mejor comprensión de lo que diremos luego y facilitará el análisis de nuestro comportamiento emocional.

I. La palabra "emoción" (del latín *movere*) significa "movimiento interno" y realmente la emoción mueve la substancia astral, haciéndola vibrar y agitarse. La emoción es, por lo tanto, un estado de sublevación interna, repentino e intenso, casi siempre rápido o por lo menos poco duradero.

Mientras dura la emoción, la mente entra casi siempre en un estado nebuloso, casi siempre, en el cual no puede pensar, dada la agitación in-

tema que produce una especie de parálisis de pensamiento, un éxtasis del proceso intelectual.

Existen muchas especies de emoción: agradables y desagradables.

Las agradables son, por ejemplo, la alegría, el placer, la emoción estética o mística, la euforia, el entusiasmo, la exaltación, etc.

Desagradables son: el miedo, el terror, la aversión, la angustia, la depresión, la tristeza, el dolor, etc.

Las emociones generalmente producen efectos sobre lo físico y se manifiestan por medio de sensaciones diversas, según su naturaleza.

Las emociones agradables producen, frecuentemente, aumento de calor, de vitalidad, y de energía, dado que aceleran la circulación sanguínea y los latidos del corazón.

Las emociones desagradables, por el contrario, tienen efectos nocivos y dañosos, provocan frío, escalofríos y cansancio; o también una sensación de cerramiento de la garganta, falta de apetito, y nos vuelven incapaces de deglutir, el ritmo del corazón baja su frecuencia.

La salud de una persona emotiva no es buena, está siempre oscilando entre estados de bienestar y de malestar y de sufrimiento físico; en suma, no alcanza un equilibrio psicológico.

Efectivamente, la emoción es una carcterística del cuerpo emotivo, es la dualidad entre polos opuestos, esto es, la "ambivalencia".

Generalmente, el surgimiento de la emoción es determinado por una impresión imprevista proveniente del exterior, que golpea el cuerpo emotivo y lo hace vibrar.

Se podría imaginar la emoción como una flecha que, del exterior, se dirige al cuerpo emotivo.

Naturalmente, pueden existir otros estados emotivos nacidos por generación interna espontánea; pero permanecen en la esfera del cuerpo emotivo y no llegan al exterior.

II. El afecto es un sentimiento distinto a la emoción.

Es un derramar de energías emotivas para el exterior, dirigido a cualquier cosa o persona; podría ser representado como una flecha que, partiendo del cuerpo emotivo, se dirigiese al exterior.

El afecto tiene una dirección, una finalidad, un objetivo, por lo tanto es radiante, positivo. Al contrario de la emoción (incluso la más intensa), que es vaga, imprecisa y fugaz, el afecto tiende a una mayor estabilidad, a una mayor duración y a ser más delineado.

Además de eso, mientras dura la emoción, la mente, se vuelve paralizada y confusa, pero el afecto no la molesta en su trabajo, pudiendo hasta cooperar o bien, entrar en conflicto con ella.

Sea como fuera, el afecto y el pensamiento pueden subsistir al mismo tiempo, en conflicto o en acuerdo.

Existen muchas especies de afectos pero, para simplificar, podemos subdividirlas en dos grandes categorías, según los dos impulsos fundamentales del cuerpo emotivo: la atracción y la repulsión.

Tenemos, pues, en la categoría de los "afectos de atracción" toda la gama del amor, de la simpatía, de la amistad, de la benevolencia, de la devoción, de la admiración, etc. y en la categoría de los "afectos por repulsión", todas las variantes del odio, de la antipatía, de la enemistad, de la malevolencia, del antagonismo, etc.

Recapitulando:

a) Con la palabra "emoción" queremos indicar un movimiento de energías emotivas, causado por una impresión externa o interna, que tiende a permanecer en la esfera subjetiva y que no posee una dirección, y una finalidad objetiva y que generalmente no dura mucho tiempo.

b) Con la palabra "afecto" deseamos indicar: un derramar de energías para el exterior, para un objeto bien definido, para una finalidad precisa, una condición del cuerpo emotivo que tiende a durar y adquirir estabilidad y profundidad.

Después de estas aclaraciones, tan necesarias para la mejor comprensión de la naturaleza y del funcionamiento del cuerpo emotivo, veamos cuáles son sus problemas, sus dificultades y los defectos que en él podemos encontrar.

Lo primero que todos debemos hacer es un autoanálisis, con el fin de determinar qué grado de evolución tiene nuestra naturaleza emocional, pues como quedó dicho al inicio de esta lección, los problemas y las impurezas del cuerpo emotivo varían de persona en persona, según el grado evolutivo y pueden ser causados por la deficiencia o por el exceso de energía emotiva.

Es importante descubrir si el propio cuerpo emotivo está aún informe y embrionario o si está organizado y vital.

Es aconsejable tener presente que el escasó desarrollo emotivo se puede encontrar, incluso en personas suficientemente evolucionadas en lo que se refiere a otros vehículos. Se puede encontrar, por ejemplo, un individuo cuya mente es bastante evolucionada y activa con un cuerpo emotivo débil y disminuido.

El perfeccionamiento del hombre no ocurre, por así decirlo, preordenadamente, según un esquema semejante para todos, puede ocurrir también a los saltos, sin orden preciso, pues cada uno de nosotros, aunque forma parte de la Vida Una tiene una individualidad propia, una libertad de escoger, que determina la evolución de los tres cuerpos de la personalidad de un modo absolutamene personal e imprevisible.

No deseo, por lo tanto, extenderme ahora sobre ésto, para no desviarme del tema.

En los cuerpos emotivos, escasamente desarollados se encuentran fácilmente impurezas "derivadas" de las influencias de otro vehículo de la personalidad, más desarrollado.

Generalmente predomina el cuerpo físico-etérico, cuando la naturaleza emocional es embrionaria y tiene así el dominio de los instintos sobre los afectos y las emociones. No habrá capacidad de "sentir", de "vibrar" emocionalmente, a no ser bajo el impulso de una instancia instintiva y no podrán formarse, naturalmente, estados emotivos de carácter elevado y puro.

La afectividad será escasa, y no serán comprendidos ni sentidos los afectos, positivos o negativos.

Podrá haber naturalmente, un cierto grado de emotividad, pero no será caracerizada ni organizada y sí oscilante, vaga e incluso ruda y grosera.

Vibrantes y vitales sólo serán los niveles más bajos del cuerpo emotivo, mientras que los medios y los superiores serán aun sosegados, tranquilos.

Dijimos al principio que el cuerpo emotivo está subdividido en siete niveles.

En el hombre emocinalmente poco evolucionado, apenas los niveles bajos son vibrantes, pues son la sede de las emociones más rudas, mez-

cla de instinto y de materialidad, aun casi confundidas con los niveles más bajos del cuerpo etérico.

La obra de purificación, para un individuo que tiene el cuerpo emotivo aún deficiente e impuro, abrumado de influencias instintivas, consistirá en intentar "liberar" la parte emocional de la corrupción extrínseca, en "discernir" lo emotivo y lo instintivo, en "desarrollar" más la sensibilidad emotiva y la afectividad.

En el cuerpo emotivo suficientemente desarrollado, por el contrario, encontramos impurezas y defectos "propios", debidos tal vez al uso errado, o a la falta de purificación de la propia substancia emotiva, la cual vibra aún en los niveles más bajos, todavía no controlada ni canalizada.

Podemos decir que la impureza propia de la naturaleza emotiva del hombre es debida principalmente a la carencia de tranquilidad, de calma, y de control de las energías emocionales, las cuales abandonadas a sí mismas, están en continua agitación y movimiento, oscilando incesantemente de un polo al otro, reaccionando violentamente por cualquier estímulo, recibiendo las impresiones de todos los deseos.

Los defectos y los problemas que nacen de tal agitación de ondas emotivas son múltiples y variados, pero intentaremos presentarlos en forma sintética, encuadrándolos bajo algunas designaciones principales, como las siguientes:

1) Miedo

2) Depresión

3) Exaltación

4) Atracción

5) Repulsión

1) El "miedo", en realidad, está aparte, pues como se ve, las demás características son realmente los polos opuestos. No podemos todavía, omitir tal "característica" del cuerpo emotivo, porque es fundamental y común a todas las naturalezas emocionales.

El miedo es congénito a la substancia astral, instintivo, espontáneo e irracional.

Se presenta bajo mil formas, sin embargo no tiene fisonomía ni carácter preciso, y tal vez, debido a la extrema sensibilidad de la substancia emotiva, que es abierta y receptiva a todas las influencias, corrientes y es-

tímulos originados en la atmósfera astral de la humanidad entera, o que se vuelve partícipe de todas las angustias, dolores y temores que existen en el mundo.

Las dudas, las incertidumbres, las previsiones funestas, la ansiedad, el temor al futuro, a la enfermedad y a la muerte, son apenas algunos de los aspectos de este miedo radicado en la naturaleza emotiva del hombre y que lo vuelven tímido, ansioso, limitado e incapaz de afrontar las dificultades de la vida y de contemplar serenamente, el futuro.

2-3) "Depresión y exaltación", son en realidad dos aspectos de una sola actitud del cuerpo emotivo, que produce una continua oscilación entre melancolía y júbilo, propia de los temperamentos polarizados.

Un individuo en el que prevalece un cuerpo no controlado está particularmente sujeto a las características de "flujo y reflujo" de energía, que ocurre de manera cíclica, en el transcurso de un día e incluso de pocas horas, haciéndolo pasar de la alegría, el entusiasmo, la vitalidad y del optimismo a un estado de tristeza profunda, cansancio y pesimismo.

Lo más característico es que le acontecen tales modificaciones sin razón alguna, el individuo es presa pasiva e ignora el porqué de lo que soporta.

Esta oscilación se debe al flujo y reflujo de las energías emocionales, que inundan el cuerpo emotivo, lo vivifican y lo hacen vibrar, o se retraen, dejandolo vacío, casi sin vida.

4-5) La dualidad "atracción-repulsión" es otra de las características fundamentales del cuerpo emotivo, y de ella provienen numerosas dualidades más, del mismo género, como ser: simpatía y antipatía; apego y aversión, amistad y hostilidad, amor y odio, etc.

Naturalmente, de tales dualidades nacen muchas otras características, cualidades y defectos que varían de individuo a individuo, según el grado evolutivo alcanzado por cada uno, tales como los celos, la envidia, el rencor, el fanatismo, el exclusivismo, la rivalidad, el deseo de venganza, el amor posesivo, los apegos exagerados, los antagonismos invencibles, etc.

Estas dualidades, que se producen en el cuerpo emotivo, se deben a la oscilación de la energía astral entre dos polos opuestos, y la solución de este problema será encontrada sólo cuando haya calma y tranquilidad en el cuerpo emotivo, cuando deje de existir aquella agitación que provoca los excesos, de un polo o de otro, produciéndose en su lugar un equilibrio armónico y el justo uso de la energía emocional.

En la realidad, el plano astral, donde vibra el cuerpo emotivo, es un plano de duplicidad.

A. A. Bailey da a ésto diversos nombres entre los cuales distingue:

1. Plano de la dualidad de fuerzas

2. Plano de los dos caminos.

3. Plano de los polos que vibran.

Mientras que el hombre sea presa de sus energías emocionales y no tenga control sobre su naturaleza emotiva, oscilará siempre entre dos polos opuestos, combatiendo entre dos fuerzas que lo vuelven inestable, agitado, incapaz de querer y de decidir.

Es esa la dificultad fundamental que proviene del cuerpo emotivo y que el hombre debe vencer, si desea ascender, liberarse de los obstáculos que le impiden entrar en contacto con su Alma.

Esto ocurre, porque los defectos que se pueden encontrar en el vehículo emocional del hombre se originan solamente, en las impurezas que se forman con la baja vibración de la substancia astral, pero también con la agitación de esa substancia, lo cual sucede cuando la mente no consigue dominar la personalidad y la voluntad no está desarrollada.

Podemos decir que existen dos categorías de defectos en el cuerpo emotivo:

a) los que se originan por el hecho de que el individuo utiliza solamente los niveles más bajos de su vehículo emocional y esta aún bajo la influencia del cuerpo etérico (esto es, los instintos).

b) los que se producen porque el individuo es aún presa de sus energías emocionales, no sabe dominarlas, por contrario, se entrega a sus deseos, lo que aumenta la vitalidad y la agitación, abriendo a todos los influjos negativos.

Tener, por lo tanto, en claro que la obra de purificación emotiva es de mucha paciencia y que pasa por varias fases, dado que lo indispensable, no es sólo liberar las energías emocionales de la corrupción de los instintos, sino también calmar esa energía y desarrollar las cualidades emotivas superiores, utilizando el discernimiento y la voluntad, focalizando la mente.

Todavía, el modo por el cual se efectuará este plan de purificación y cuáles serán nuestras tareas, en lo que se refiere a la naturaleza emotiva,

no es cosa que se pueda explicar en pocas palabras. Por lo tanto, dedicaremos el próximo capítulo a este asunto, por ser él de fundamental importancia, no sólo para la comprensión de las dificultades que pueden ser causadas por nuestro vehículo astral, sino también para el conocimiento de los medios por los cuales podemos refinarlos y dominarlos y de cuál deberá ser la actitud correcta, delante de los variados problemas que se nos presentan, causados por la exuberancia incontrolada, de las energías emocionales.

5ª LECCION

Nuestras Tareas con la Naturaleza Emotiva.

EN EL MOMENTO DE PASAR A LA FASE PRÁCTICA de la purificación y del dominio del cuerpo emotivo, veremos cómo el problema se torna más particular e individual y cómo, por lo tanto, no se puede imponer reglas generales, fórmulas iguales para todos y sí consejos distintos, para varias categorías de individuos, los que, en la práctica, cada uno de nosotros deberá adaptar, con sabiduría y discernimiento, al caso propio.

Como dijimos en la lección precedente, el cuerpo emotivo está igualmente desarrollado en todas las personas, pero de modo diverso, según cada temperamento

Es necesario, por lo tanto, que cada uno intente reconocer cuál es el grado de evolución de su naturaleza emotiva, antes de poner manos a la obra de su reordenación y purificación y antes de intentar ver con claridad, si las dificultades y los problemas que encuentra son debidos al escaso desarrollo, al desorden o a la agitación de las energías emocionales.

Además de eso, la persona debe intentar determinar cuál es el vehículo de su personalidad más perfeccionado (entre el físico-etérico, el emotivo o el mental), para formar un cuadro claro de su situación evolutiva.

Las tareas para con la naturaleza emotiva, por lo tanto, varían de persona en persona, pero buscaremos simplificar el trabajo y presentar un camino por el cual proseguir, formulando las diversas situaciones posibles, en las que se podrán encontrar los individuos, en lo que se refiere al vehículo emotivo.

En síntesis, las situaciones del cuerpo emotivo pueden ser las siguientes:

I. Cuerpo emotivo casi-ausente cuerpo mental no desarrollado, polaridad en lo físico.

II. Cuerpo emotivo poco desarrollado. Cuerpo mental y etérico bien desarrollado.

III. Cuerpo emotivo evolucionado y organizado. Cuerpo mental escaso.

IV. Cuerpo emotivo y cuerpo mental han progresado en igual medida.

Como se puede ver, las situaciones típicas son cuatro. Es preciso examinarlas una por una, a fin de intentar reconocer cuál de los casos corresponde al nuestro.

La tercera situación -en la que el cuerpo emotivo está desarrollado y vital, pero aún no dominado ni purificado- presenta problemas emocionales verdaderos y propios, tales como la exigencia de purificación, la necesidad de superar defectos, mientras que las demás situaciones presentan problemas diversos que serán tratados enseguida. Presentaremos pues, una rápida ojeada sobre las situaciones I,II,IV, y de la tercera hablaremos con mayor detenimiento.

I. Cuerpo emotivo casi ausente; polaridad en el físico

Esta situación es más común de lo que se cree y más extendida, hasta entre personas de evolución media.

La emotividad es escasa, o mejor dicho, casi ausente, dado que el cuerpo emotivo es embrionario, amorfo y no organizado. Hay una polaridad en el físico y predominan los instintos.

Los individuos pertenecientes a esta categoría no perciben no tener el cuerpo emotivo desarrollado, y confunden los instintos con emotividad, y llaman "afectos" a sus impulsos instintivos.

En realidad, existe en ellos una emotividad y una afectividad embrionarias, de bajo nivel, que se revelan en escasa sensibilidad, en gustos groseros, así como en la incapacidad de comprender los afectos más elevados y profundos, los matices más delicados de los sentimientos y en la imposibilidad de "sentir" y "vibrar", más allá de las sensaciones físicas o de saborear bellezas no materiales.

En otras palabras, no hay en esas personas aquella riqueza de sentimientos y de sensibilidad que es un indicio de una cierta organización del cuerpo emotivo.

Tales individuos se conmueven apenas con el contacto de vibraciones muy fuertes, de pasiones más bien groseras y tienen necesidad de estímulos y de sensaciones físicas para poder vibrar emocionalmente.

II. Mente desarrollada; emotividad escasa; polarización en lo mental

El cuerpo mental (inferior) está desarrollado y organizado, mientras que el cuerpo emocional permanece embrionario y poco vital, a consecuencia de la polaridad mental.

Sin embargo, cuando existe esta situación es necesario preguntarse: ¿es escasa la emotividad, por falta de desarrollo del cuerpo emotivo o por haber sido reprimida e inhibida por la preponderancia de la mente?

Las dos posibilidades existen y del exterior no se puede juzgar cuál de ellas está presente. Un análisis más preciso y paciente, podrá revelar todavía, cuál es la verdadera causa de la escasa emotividad, dado que existen diferencias sensibles y determinantes entre los dos casos.

Si la emotividad es dificiente, por ser el cuerpo emocional poco desarrollado y organizado, tendremos una situación semejante a la del primer caso (cuerpo emocional casi ausente; polarización en lo físico). Habrá tal vez, una preminencia de los instintos y de las emociones y sentimientos más bajos, aunque haya desarrollado del cuerpo mental.

Si, por el contrario, el cuerpo emocional fuese lo suficientemente desarrollado y no se manifestara por estar reprimido, tendremos todos los síntomas y perturbaciones derivadas de su inhibición, entre las que encontramos:

a) aversión al sentimentalismo,

b) negación del sentimentalismo,

c) incapacidad de expresar un sentimiento,

d) estados especiales de repulsión y de odio,

e) estados de angustia y de depresión, etc.

III. Situación (cuerpo emotivo, cuerpo mental y cuerpo etérico desarrollado en igual medida).

Esta situación parecería ideal si no presentase, ella también, varias dificultades, dado que no basta que estén los tres vehículos de la personalidad igualmente evolucionados, sino que deberán funcionar en cooperación armónica y coordinadamente. Debe haber entre ellos la integración necesaria para evitar conflictos y escisiones entre las varias energías, o antes es necesaria una síntesis de la personalidad, para que ella pueda funcionar como un todo armónico y coordinado.

La mente libre de impurezas debe estar en la dirección correcta, a fin de controlar y utilizar todas las energías de la personalidad.

IV. Situación (cuerpo emotivo evolucionado y organizado, escaso cuerpo mental).

En la lección precedente intentamos descubrir y analizar los mayores defectos y las principales impurezas que podemos encontrar en el cuerpo emotivo; ahora es conveniente, por el contrario, determinar cuál debe ser nuestra actitud delante de la naturaleza emocional y cuál será nuestra tarea, nuestro trabajo, para superar los diversos defectos, dificultades y problemas emotivos. Nuestro trabajo constará de dos fases principales:

1) una etapa de análisis.

2) una etapa de reordenación y purificiación.

1. En la etapa de análisis, debemos intentar orientarnos con respecto a tres cosas:

a) si somos predominatemente emotivos o afectivos

(Recordar aquí la diferencia entre afecto y emoción, explicada en la lección anterior).

b) cuál es el grado de perfeccionamiento de nuestro cuerpo emotivo;

c) en qué medida nuestra mente es capaz de controlar la emotividad

2. En la etapa de reordenación y purificación hay dos trabajos a desarrollar:

a) Transformación y sublimación de las emociones y afectos negativos e inferiores en emociones y afectos positivos y superiores.

b) Dominio y correcta utilización del cuerpo emotivo.

Examinando el primer punto, (**esto es "si somos predominantemente emotivos y afectivos"**) se diría que podría haber en un individuo una emotividad exagerada, una hipersensibilidad del cuerpo emotivo, siempre conmovido y agitado, abierto a toda influencia y a toda vibración; y esto, simultáneamente a una escasa afectividad. El individuo será poco dispuesto a exteriorizar energías emocionales delante de otras personas y poco inclinado a enamorarse. No tendrá sentimientos duraderos y profundos. Por lo tanto, el cuerpo emotivo, con cierto grado de desarrollo, estará presente apenas como sensibilidad, impresionabilidad, agitación, pero no con capacidad de amar a otras personas.

Por otro lado, se puede dar el caso de una persona que tenga desarrollada la afectividad, pero a un nivel poco elevado. Habrá, entonces, tendencia a los afectos negativos, como al odio, a la antipatía, a la envidia y los celos, además de otros. Esta "afectividad" por lo tanto, será impura" y el cuerpo emotivo vibrará apenas en los niveles más bajos.

Podremos descubrir también, que no existen en nosotros afectos negativos, vibraciones bajas, pero que existe un "exceso de afectividad", o más aún que no sabemos controlar nuestros sentimientos ni siquiera los buenos y que, ellos nos dominan. En el amor, el apego es excesivo cuando damos más importancia a los afectos que a cualquier otra cosa, no podemos quedarnos solos, nos preocupamos excesivamente por los que queremos; no sabemos renunciar a un afecto personal por algo más elevado, preferimos la compañía de un amigo, a una hora de estudio o de meditación, no sabemos ser objetivos ni impersonales, etc.

Es que analizándonos a nosotros mismos, con referencia al primer punto encontraremos, poco a poco, la respuesta al segundo, esto es, a cuál será el grado de perfeccionamiento del cuerpo emotivo.

Es necesario tener presente siempre ante los ojos de la mente cuál es la verdadera finalidad del cuerpo emotivo y cuál es la meta que debemos alcanzar. Es preciso no olvidarse que el cuerpo emotivo debe transformarse en "reflector" y "transmitir" energías de Amor del Alma; por lo tanto, la primer cosa que debe quedar clara en nuestra mente es la diferencia que existe entre 'Amor Espiritual" y amor personal.

Apego no es amor.

Deseo de posesión, de felicidad, no es amor.

Deseo de ser amado no es amor.

El sentimiento personal y exclusivo que exige reciprocidad no es amor. El verdadero amor es la radiación que fluye espontáneamente, que

da sin pedir nada, que anima, protege, que entusiasma y vivifica, "dando libertad al otro". El verdadero amor es sereno y jubiloso, alegre, jamás triste, melancólico y agitado.

Escribió Bonaro W. Overstreet en su libro *La Naturaleza de la Mente:* "Amar significa afirmar a los otros".

Además: "Amar a una persona no significa poseerla, pero sí afirmarla, lo que significa concederle de buen grado, a esa persona, el derecho a su humanidad". Amar, desde el punto de vista del Alma, significa, además de eso, "comprender", hasta un punto tal que se logra identificarse con los otros, significa unión, inclusividad, síntesis, fusión, etc.

El amor de la personalidad, por el contrario, es egoísta, posesivo, exclusivo y exige algo en cambio, transformando en esclava a la persona amada.

Debemos intentar verficar, con toda sinceridad, si existe en nuestra naturaleza emotiva, por lo menos en parte, la capacidad de "amar" altruísticamente, de olvidarnos de nosotros mismos e identificarnos con el otro.

Podría decirse que podemos calcular el grado evolutivo del cuerpo emotivo por medio de un autoanálisis, que determine esta capacidad del verdadero amor.

Los psicológos reconocen en la naturaleza emocional y afectiva del hombre una infancia, una adolescencia y una madurez, las cuales deberían corresponder a la edad física del individuo. Todavía, ocurre frecuentemente, que se dice de un individuo que maduró fisicamente sin haberlo hecho emocionalmente.

Los signos de madureza afectiva son: la capacidad de amar a los semejantes, de protegerlos, de auxiliarlos y de favorecer su afirmación.

"Muchas personas se trasforman en adultas sin desarrollar una generosa y espontánea capacidad de amar". (Overstreet, *La Naturaleza de la Mente*).

Esta capacidad de amar y de hacer felices a otras personas es llamada también "oblatividad"(del latín oblare: ofrecer) . "El advenimiento de la oblatividad es característico de la madurez afectiva". (Juliette Boutonier, *Reflexiones sobre el Psicoanálisis*).

En la infancia, por el contrario, existe una actitud "captativa" (captare-tomar), o el deseo de ser protegido, amado, cuidado, de modo egocéntrico, egoísta. Hay por lo tanto un período evolutivo durante el cual el in-

dividuo debería transformarse en afectivamente maduro, y más aún, no debería ya sentir más la necesidad de protección y de apoyo y poder ser en cambio, autónomo, libre, capaz de ofrecer amor a los otros, además de protección y de afecto.

Todavía, como dijéramos más arriba, no pocos se transforman en adultos sin "madurar" en el plano afectivo.

Considero que hay una analogía entre estas consideraciones de psicología corriente y lo que preconiza la psicología espiritual.

Un hombre puede ser evolucionado respecto de los otros cuerpos de su personalidad, pero inmaduro en lo que se refiere al cuerpo emotivo, y su inmadurez se revela como la incapacidad de sentir el verdadero amor altruísta, impersonal y generoso, que es el reflejo del Alma.

"Solamente la persona que superó la fase de avidez y posesión exclusiva, en la que apenas se desea tomar sin dar; puede experimentar el verdadero amor".

Debemos, por eso, reconocer sinceramente la "edad" de nuestro cuerpo emotivo, pues es esencial no cultivar ilusiones, si deseamos realmente proseguir con nuestro perfeccionamiento y con nuestra elevación.

Además de eso, intentaremos descubrir si somos capaces de dominar y de dar dirección a nuestras fuerzas emotivas, y si nuestra mente sabe controlar la naturaleza emocional y hasta qué punto, o si está influenciada y ofuscada por ondas emocionales.

Una vez que podemos definir con claridad nuestra situación emocional, necesitamos pasar a una segunda fase, una de reordenamiento y de purificación del cuerpo emocional.

Si nuestro problema es la excesiva emotividad, nuestra tarea será, ante todo, la de tranquilizar las agitadas ondas del cuerpo emotivo y la de transformarnos en más positivos y en más fuertes ante las distintas influencias y vibraciones externas.

Se consigue tranquilizar el cuerpo emotivo por medio de varios ejercicios, entre los cuales podemos citar:

1) Ejercicios de relajación.

2) Ejercicios de voluntad, para reforzar el centro de la conciencia.

3) Utilización sabia de las superabundantes energías emotivas.

4) Desarrollo de la mente.

Si por el contrario, se trata de purificar la afectividad, deberemos:

1) Refinar las vibraciones emotivas, eliminando sentimientos negativos.

2) Substituir afectos bajos, como la envidia, el odio, la antipatía, etc., por afectos positivos como la simpatía, la benevolencia, el amor, etc.

3) Desenvolver la comprensión para con otras personas, procurando elevarnos al amor altruísta.

4) Desarrollar la mente.

Si nuestro problema es la excesiva afectividad, deberemos:

1) Habituarnos al autocontrol;

2) Aprender a amar con "desapego"(amar en Dios);

3) Utilizar del modo constructivo y más amplio la energía afectiva (en obras de beneficiencia, de educación, etc.)

4) Entrenar la mente y no la polarización;

5) Dirigir para lo alto las energías emotivas, transmutándolas.

En lo que se refiere a la purificacion de la afectividad y al dominio de ella, es aconsejable tener en mente el significado profundo de "**aspiración**".

En el *Tratado de los Siete Rayos* está escrito que : "La aspiración contiene el secreto de la translación (transferencia) ".

Esto quiere decir que aquél que se siente perturbado o trabado por problemas de naturaleza emotiva y afectiva, de orden exuberante e indomable, debe intentar adquirir o suscitar en sí "la aspiración ardiente"por algo más elevado y espiritual.

Si tal persona sustituye el amor personal por los individuos por el ferviente amor por el Alma, la ardiente aspiración de conseguir contacto con ella, producirá en él, automáticamente, una transferencia de energías emotivas de los planos más bajos a los más elevados y una eliminación de las sustancias atómicas más densas e impuras.

"La aspiración es una actividad científica y es instintiva en la propia sustancia".

"La aspiración es un proceso científico que gobierna la propia evolución. Cuando se le da un objetivo libre, cuando son seguidos sus impulsos, la aspiración puede ser un medio para elevar la materia y la totalidad de la personalidad al Cielo"(*Tratado de los Siete Rayos*).

EJERCICIO DE RELAJAMIENTO PARA TRANQUILIZAR LA AGITACION EMOTIVA

Extiéndase sobre el lecho, o siéntese en una silla, busque encontrar la postura más cómoda posible, la que le permita una relajación completa.

Intente alcanzar una relajación física completa, abandonándose y distendiéndo todos los músculos y nervios tensos.

Respire profunda y regularmente, sin esfuerzo.

Cuando le parezca que la relajación es total, abandónese y dígase a sí mismo:

"Mi cuerpo emotivo está calmo, sereno, límpido, como un lago azul en el cual se refleja el cielo". (Al decir esto, intente visualizar la superficie lisa y pulida de un pequeño lago de montaña, azul y límpido como un espejo).

"Toda emoción se tranquiliza, toda preocupación se calla".

"Todo es silencio, paz y tranquilidad".

Repita varias veces estas frases, con convicción, calma y lentitud, intentando realmente sentir la paz, la serenidad y el silencio que de ellas nace.

Permanezca en silencio y relajado durante algunos minutos.

CUESTIONARIO

1) ¿Cuál de los tres vehículos de su personalidad parece ser el más desarrollado y organizado?

2) ¿En cuál de ellos le parece estar polarizado? ¿Por qué?

3) ¿Tiene problemas emocionales especiales?

4) ¿Cree poseer un cuerpo emotivo evolucionado y organizado, o no?

5) ¿Cree ser muy afectivo? ¿Por qué?

6) ¿Cree estar emotivamente reprimido? ¿Por qué?

7) ¿Es posesivo y celoso en sus afectos?

8) ¿Está muy necesitado de afecto o no?

9) ¿Le agrada ayudar, proteger y cuidar de sus semejantes?

10) ¿Su mente sabe controlar y dirigir su naturaleza emocional?

11) ¿Cuáles son sus gustos en materia de música?

12) ¿Le agrada "soñar con los ojos abiertos"?

13) ¿Prefiere estudiar, leer, o conversar con algún amigo?

14) ¿Le agrada la soledad?

6ª LECCION

La Purificación del Cuerpo Físico-etérico

EL VEHÍCULO FÍSICO DEL HOMBRE está compuesto de una parte densa y visible y de una contrapartida energética, invisible, llamada cuerpo etérico. El perfeccionamiento de tales vehículos implica dos fases a las que podemos llamar:

a) purificación externa

b) purificación interna

La primera es la purificación del cuerpo físico denso y la segunda la purificación del vehículo etérico, que es interno, respecto del físico.

Antes de hablar de los diversos métodos de purificación relativos al cuerpo físico como un todo, es oportuno recordar algunas características del cuerpo etérico: éste está compuesto de energía etérica, que invade todo el universo y es todo lo que en él existe, desde lo infinitamente pequeño hasta lo infinitamente grande.

En el cuerpo del hombre, tal energía alcanza y compenetra todo el espacio, todo órgano, todo nervio, obrando por la fuerza cohercitiva de los átomos, sin la cual el cuerpo se disgregaría.

El cuerpo etérico, por lo tanto, compenetrando el cuerpo físico, es su exacta contrapartida, pero lo excede algunos centímetros, formando una especie de halo, llamado "aura magnética". Tal "aura" puede aumentar de tamaño y expandirse en los individuos altamente evolucionados.

6ta. Lección

En el cuerpo etérico existen varios filamentos de energía, que corresponden a la red del sistema nervioso, los cuales se llaman "nadis" y se encuentran en algunos puntos focales, designados como "centros" de fuerza. Tales centros son muchos, pero los principales son siete.

El cuerpo etérico es muy importante para el hombre, aún cuando él no se da cuenta de esto. Efectivamente, los hombres, en su mayoría, no tienen conciencia de la propia existencia, dado que, piensan en el cuerpo físico, consideran sólo su parte densa y visible, son entonces, más concientes del cuerpo emotivo y hasta del mental que del etérico.

Tal falta de conciencia del cuerpo etérico es causa de no pocas dificultades y de mucha incomprensión.

El cuerpo etérico tiene dos funciones, la primera es aquella que coloca al hombre en contacto con el plano etérico y con toda la energía etérica que existe en el universo, además de dar vitalidad, fuerza y salud al cuerpo físico denso. La segunda es realizar el puente entre el cuerpo físico denso y los cuerpos más sutiles, esto es, el emotivo, el mental, hasta el causal, el cuerpo del Alma, a través de los centros que dijimos antes.

Afirmamos que los centros son siete: los principales, de los cuales tres se situan debajo del diafragma, tres sobre él, y uno es independiente.

Los tres inferiores, comenzando por el más bajo, son:

1) Centro de la base de la espina dorsal (corresponde a las glándulas suprarrenales: autoafirmación).

2) Centro sacro (corresponde a las gónadas: instinto de procreación).

3) Plexo solar (corresponde al páncreas: instinto gregario, emotividad).

Los tres superiores son:

1) Centro del corazón (glándula timo: el Amor altruista).

2) Centro de la garganta (glándula tiroidea: creatividad superior).

3) Centro del alto de la cabeza (glándula pineal: voluntad espiritual).

El centro independiente:

Es el centro situado entre las sobrecejas (glándula pituitaria: integración de la personalidad).

La purificación del cuerpo físico-etéreo

Como he manifestado, los tres centros ubicados debajo del diafragma corresponden a los tres instintos principales del hombre, los tres de arriba representan la contrapartida sublimada y espiritualizada de los mismos.

Instinto de autoafirmación	Voluntad espiritual
Instinto sexual	Creatividad Superior
Instinto gregario	Amor altruista

Nuestro cuerpo etérico, por lo tanto, es penetrado por la energía etérica propiamente dicha, además por distintas energías que varían según la calidad del grado evolutivo del individuo. Estas pueden ser instintivas, mentales o espirituales.

El grado de pureza del cuerpo etérico de un individuo dependerá de la calidad de las energías que circulan en él, e incluso del menor o mayor perfeccionamiento del cuerpo denso, pues el físico y el etérico están estrechamente vinculados entre sí, y hay entre ellos intercambio de influencias.

Como dijimos en el inicio de esta lección, la purificación del vehículo físico-etérico es doble, dado que consiste en una fase externa y en una interna o psicológica.

1. Veamos primero la purificación externa, que habla respecto del vehículo físico denso.

"**El cuerpo es el templo del Espíritu**". Esta frase, concisa y breve, da a entender el motivo por el cual es importante mantener el vehículo físico en un estado de pureza y de refinamiento; él debe transformarse en un canal y en un instrumento de las energías espirituales.

En la Edad Media. los místicos adoptaban una actitud de desprecio por el cuerpo físico y lo maltrataban y lo sometían a toda suerte de privaciones, viendo en él, al "receptáculo" de todos los males.

El aspirante espiritual de los tiempos modernos, por el contrario, sabe que la materia y el espíritu deben transformarse en una unidad y que, por lo tanto, también el cuerpo material tiene una función de notable importancia espiritual.

Ese es el motivo por el cual el cuerpo físico debe mantenerse sano, limpio, eficiente, conforme a las reglas de higiene, limpieza y vida armónica.

Los yoguis orientales dan gran importancia a las reglas de higiene, a los lavados cotidianos, a los que preceden a la meditación, etc., pues conocen el verdadero objetivo del vehículo físico.

El cuerpo debe, por lo tanto, mantenerse limpio y debe exponérselo incluso al sol y al aire libre.

El alimento debe ser simple y liviano y deben evitarse todas las comidas en camino de descomposición, especialmente carne, pescado, ciertos quesos, etc.

Son aconsejables, por el otro lado, todas las legumbres, verduras y frutas, especialmente los que nacen y crecen al sol y, además, todas las simientes, nueces, almendras, algarroba, etc. La miel es óptima así como también el germen de trigo.

No deseo extenderme aquí para dar consejos pormenorizados sobre regímenes alimenticios. Es suficiente saber que también el modo de alimentarse tiene mucha influencia sobre la pureza física y que mucho podemos mejorar, no sólo en nuestro estado de salud y eficiencia física, sino también en lo que respecta a los estados psíquicos y a nuestras tendencias, si preferimos un régimen adaptado y apropiado para quien quiera seguir una vida espiritual.

No daremos reglas precisas ni deseamos imponer dictámenes. Todos deben comprender por sí mismos, observando y estudiando las propias reacciones, cuáles alimentos son favoralbes a la propia evolución y cuáles la entorpecen.

La gimnasia rítmica también es aconsejable, por favorecer una buena circulación y una buena respiración.

2. Trataremos en forma más extensa la "**purificación interna**", o psicológica del cuerpo físico, que con respecto a su parte etérica especialmente.

Vimos antes que los instintos tienen origen en el cuerpo etérico. Efectivamente, son energías localizadas en los tres centros inferiores, debajo del diafragma.

Es obvio que la purificación etérica se refiera sobretodo a los instintos.

Todavía, esta parte del trabajo de purificación es, tal vez, más compleja que las demás, dado que no siempre los impulsos instintivos se presentan claros en nuestra conciencia, por haber sido inhibidos, la mayoría de las veces, además de reprimidos en el subconciente.

Esta represión produce una imperfecta y parcial transmutación, dado que los instintos no siempre se presentan bajo su verdadero aspecto y sí, bajo la froma de otras tendencias o características.

El instinto de autoafirmación, por ejemplo, frecuentemente se presenta como orgullo, ambición, deseo de emerger y no como agresividad, violencia, ira. Esto significa que fue transmutado en los defectos mentales que le corresponden.

Pero esto no ocurre siempre ni siquiera para la totalidad de las energías instintivas. Existe siempre una parte de ellas que permanece en estado natural e, incluso, cuando no tenemos conciencia de ellas, podemos descubrir su presencia, por medio del análisis y de la observación.

Entre los diversos métodos de purificación de las energías instintivas, recordemos:

a) transformación

b) sublimación

a) La "**transformación**" es el proceso por el cual una energía puede ser transformada en otra, del mismo plano, pero de carácter útil y provechoso.

Vemos que tal proceso ocurre continuamente en el campo de la física, cuando por ejemplo, el calor se transforma en electricidad o viceversa, o la electricidad se transforma en movimiento, etc. Lo mismo sucede en el campo de las energías psíquicas.

Una energía instintiva puede ser tranformada en otro impulso físico diferente, en cuanto a su caracter.

Tomemos por ejemplo, el impulso de la combatividad, que puede ser transformado en impulso para la práctica del deporte, de los juegos, etc.

El instinto sexual, que es un claro impulso a la procreación, puede servir para todas las actividades de carácter plástico, manual, constructivo, etc. (por ejemplo: la carpintería o el arte del escultor, etc.)

La ira puede desahogarse útilmente en todos los trabajos que exigen esfuerzo, consancio, movimiento físico violento (cavar la tierra, batir cualquier cosa, cortar leña, tallar, etc.)

¡Quién sabe cuantas veces hemos experimentado la verdad de esta ley!

b) La "**sublimación**", es la transmutación de una energía inferior en otra, superior.

También, en este proceso podemos encontrar analogías con la química y con la física. La sublimación química consiste en el pasaje de un cuerpo sólido al estado gaseoso y en su posterior cristalización.

La ley de la sublimación es también observada en el psicoanálisis. "La líbido original puede transformarse en el inconsciente en un interés, volcado hacia los objetivos de valor social elevado, esto ocurre mediante mecanismos que aún permanecen en la oscuridad".

Así escribe Edward Weiss, en su libro "Elementos del Psicoanálisis". Además: "Es desde ya un hecho de dominio univesal que la energía de los instintos eróticos y agresivos pueden, hasta cierto punto, y en determinadas ocasiones y condiciones, encontrar desahogo en actos; ocupaciones y prácticas no sexuales y no destructivas".

Hay, todavía, una diferencia fundamental entre las explicaciones psicoanalíticas y las espiritualistas, dado que las primeras colocan la base de todo en los instintos y las segundas en el Espíritu.

Efectivamente, ¿como podría la energía instintiva transmutar en sentimientos, actividades, impulsos superiores, si no fuese por el poderoso "imán" del Espíritu que, de lo alto atrae para objetivos y planos elevados?

El hecho de que los instintos puedan dar lugar a obras sublimes, impulsos altruistas y sentimientos de carácter místico o religioso, así como a creaciones artísticas, ¿no es, tal vez, la prueba de que hay en ellos algo de divino?

La psicología espiritual afirma, de hecho que los tres instintos principales son nada más que proyecciones en el campo físico de tres grandes impulsos Divinos: la Voluntad, el Amor y la Inteligencia Creativa.

La Voluntad se toma en el campo físico, instinto de autoafirmación.

El Amor espiritual, en instinto gregario.

La Actividad inteligente de la Creatividad, en instinto de procreación.

Así como puede ocurrir la sublimación, ésta es en realidad, un retorno a la verdadera esencia, al verdadero fin para el cual fueron dadas al hombre las energías instintivas. Esta tarea de purificación y de refinamiento se vuelve menos ardua y difícil, después que sabemos esto.

Veamos ahora cómo podemos efectuar prácticamente, la sublimación en nosotros mismos.

Para sublimar un instinto es necesario:

a) inhibir su expresión externa,

b) una aspiración ardiente hacia lo alto.

Es que es necesario dominar e inhibir la manifestación de una energía instintiva y al mismo tiempo, tener en sí una fuerte aspiración de sublimar y de elevar. Señalamos en la lección precedente la importancia oculta de la aspiración.

La aspiración es una "técnica" verdadera y propia, sin la cual las energías del hombre no pueden elevarse para lo alto. Al aspirar a algo nos abrimos para lo alto y al mismo tiempo ofrecemos al Alma nuestras energías inferiores, para que ella las utilice. Es inútil pensar en la sublimación de un instinto si no tenemos aspiración ferviente. Tendríamos apenas la inhibición, como las consecuencias perjudiciales de las que hablamos arriba.

La inhibición de las tendencias inferiores que deben ser transmutadas significa la renuncia de lo inferior por lo superior, y la aspiración ardiente para lo alto simboliza "el fuego bajo el crisol" de las substancias a ser sublimadas. Como dice el Dr. Assagioli en su curso de Psicosíntesis, la sublimación, al cumplirse, se desarrolla según ciertas líneas, que pueden ser las siguientes:

1) Elevación, purificación, refinamiento.

2) Interiorización, espiritualización.

3) Ampliación,socialización.

4) Expresión activa.

Presentaremos algunos ejemplos de cada una de las líneas psíquicas mencionadas:

1) Ejemplo de elevación: El amor sexual se sublima en amor emotivo, y al final, en amor del Alma.

2) Ejemplos de interiorización: la auto-afirmación se sublima en afirmación espiritual; el orgullo en dignidad espiritual, el agrado por la belleza física, en goce con la belleza interior, la belleza de Dios.

3) Ejemplos de ampliación: el amor por la familia se amplia por amor por la nación, y por la humanidad.

4) Ejemplos de expresión activa: la compasión que se expresa en obras filantrópicas, las tendencias combativas que son utilizadas en la lucha contra los males sociales, etc.

Todos nosotros, si nos analizáramos, identificaríamos la línea de sublimación más adaptada a nuestro caso, o en otras palabras cuál es el "punto de menor resistencia". Esto puede depender de muchos factores individuales, del rayo del tipo psicológico (extrovertido o introvertido), de las tendencias naturales, etc.

Somos diferentes unos de los otros y por lo tanto, el problema será distinto de individuo a individuo, y nos corresponde a nosotros mismos descubrir, cuál es el mejor modo de canalizar, transformar y sublimar las superabundantes energías instintivas.

Puede ocurrir incluso, que muchas personas estén exentas de problemas instintivos urgentes y que en su lugar, tengan dificultades emotivas o mentales. Su obra de purificación será por lo tanto, encarada para aquellos aspectos del carácter que más necesidad de refinación tengan. Todavía, no nos debemos dejar engañar. No debemos olvidar que frecuentemente, la instancia instintiva es inconsciente y puede hasta estar reprimida, "removida", sin haber sido realmente superada o transformada.

Volviendo al problema de la sublimación, veamos cómo puede ser auxiliada y favorecida.

Existen medios internos y externos que pueden contribuir a este fin.

Entre los medios externos, puede ser útil el contacto psíquico y espiritual con personas que ya realizaron aquello que nosotros aún aspiramos. Tales personas hacen de "catalizadores psíquicos", por la simple presencia como los catalizadores químicos, ellos pueden favorecer la sublimación.

La lectura de autobiografías es igualmente satisfactoria, así como la de diarios de hombres ilustres y de pensadores que dieron ejemplo de virtud, de fuerza de ánimo y de idealismo.

El estudio de las obras de arte puede ofrecer auxilio para la sublimación, dado que, en realidad, el arte debería ser, como dice el Dr. Assagioli, "un trámite simbólico de fuerzas espirituales".

Entre los medios internos, recordemos el uso de imágenes y de símbolos que configuran el ideal de perfección a ser alcanzado. No falta quien tenga necesidad de colocar delante de los ojos de la mente un ideal, sea este una figura concreta o algo abstracto, que lo inspire a la aspiración de imitar.

Jung comprendió bien la importancia extraordinaria de estas imágenes simbólicas. El escribió: "La máquina psicológica que transmuta la energía es el símbolo".

Muchas personas encuentran de gran utilidad la repetición de palabras y frases de aquello que quieren obtener.

La meditación es de gran eficacia, pero justamente por ser de importancia vital, no es posible hablar de ella brevemente y volveremos a ella con más calma, en otra ocasión.

Como el lector puede verificar, la obra de purificación del vehículo físico-etérico, no es tan simple como podía parecer, a primera vista, para quien considera el cuerpo nada más que una forma de sustancia densa.

Es verdad que si el vehículo físico-etérico es apenas el envoltorio más externo del verdadero "Yo", es también el instrumento que dará al Alma la capacidad de manifestarse en el plano físico, y que le da importancia extraordinaria.

Es preciso que nos habituemos a pensar en nuestra forma física, no sólo como máquina hecha de materia, sino también como recipiente maravilloso e instrumento palpitante, vital y delicado, que puede tener los mayores problemas y dificultades como la propia inercia y peso, con sus necesidades y precisiones, pero que se puede tornar un maravilloso canal de energías espirituales, un medio de concresión en el plano físico de energías anímicas, si fuera refinado, unificado y tornado límpido y luminoso en todas sus partes.

CUESTIONARIO

1) ¿Qué sabe del cuerpo etérico?

2) ¿Sostiene que su cuerpo físico-etérico está suficientemente purificado, o no?

3) ¿Cuáles son las reglas físicas de higiene y purificación que sigue?

4) ¿Qué significado tiene para usted la pureza física y la pureza etérica?

5) ¿Se siente espontáneamente impulsado a seguir un régimen especial, higiénico y puro, o no?

6) ¿Alterna rítmicamente sus períodos de reposo y de actividad?

7) ¿Hace movimientos al aire libre, al sol?

8) ¿Cuál es el instinto que usted cree más fuerte en usted?

9) ¿Tiene facilidad para transformar sus energías instintivas?

10) ¿Alcanza la sublimación?

11) ¿Usted cree que tiene inhibiciones y represiones?

12) ¿Tiene conciencia de saber cuál es el centro más desarrollado de su cuerpo etérico?

7ª LECCION

Cualidad a Desarrollar: La Aceptación

LO QUE DISTINGUE ESENCIALMENTE EL ASPIRANTE ESPIRITUAL del hombre común es el deseo de mejorar, de elevarse y de saber, o intuír a que hay una meta a ser alcanzada y que la humanidad está en continua evolución. Por lo tanto él, después de haber purificado los vehículos de su personalidad, pasa a la segunda fase de la obra de su formación, que es la construcción y la de desarrollo de las cualidades y de facultades aptas para crear en él, una vibración más elevada y un crecimiento de su conciencia.

La purificación había sido un especie de obra de "mejoramiento", una preparación del terreno para la siembra y para el cultivo de las cualidades, de los requisitos esenciales para un aspirante espiritual.

No existen fórmulas mágicas ni llaves secretas que puedan improvisar rápidamente la madurez y abrir la puerta del mundo espiritual. Todos los grados de la escala evolutiva deben ser recorridos y estos grados están formados por superaciones, por victorias, por facultades duramente conquistadas y crecimientos interiores...

"Natura non facit saltus", y el hombre, por lo tanto, no puede saltar o evitar una fase del "camino de retorno a la casa paterna".

Esa es la razón por la cual, el período evolutivo llamado "camino del aspirante espiritual" está dedicado a la formación del carácter, esto es, a la preparación de los vehículos personales para que se transformen en un canal e instrumento de las energías del Yo Superior.

Examinaremos por lo tanto, algunas cualidades (escogidas entre muchas otras) que nos parecen fundamentales y esenciales para esta obra de preparación de la personalidad.

Las cualidades que trataremos son las siguientes:

1) Aceptación

2) Adaptación

3) Discernimiento

4) Uso correcto de la palabra

5) Ausencia de miedo

6) Humildad

7) Comprensión

1) Aceptación

"Rechazar la propia cruz la torna más pesada".

La vida humana, como cada uno de nosotros experimentó en diferentes grados, está sembrada de pruebas, de dificultades, de sufrimientos. Todavía, el dolor es necesario e inevitable, pues constituye el propio camino evolutivo.

La vida es apenas una escuela en la cual nos sometemos a duras disciplinas, a pruebas de toda especie, hasta que, poco a poco, aprendemos a romper el molde establecido y a reconocer la divinidad que tenemos latente en nosotros.

Existen leyes justas e inmutables que tienen, todas ellas, la meta de conducir a la humanidad, de los grados más bajos de la escala evolutiva hasta la más alta espiritualidad y a la realización del verdadero Yo, que es una centella divina.

Ése es el problema que deseamos examinar, a fin de entender correctamente cuál debería ser la actitud interior cierta que deberíamos cultivar, a fin de comprender plenamente el significado de todas las pruebas que nos vienen al encuentro y de ellas extraer la verdadera enseñanza espiritual.

La aceptación

La actitud correcta que debería tener el aspirante espiritual, conociendo la Ley evolutiva, es la que fue sintéticamente expresada en la palabra "aceptación".

Quien analice el origen de tal palabra, verá que ella deriva del latín "**accipio, is, accepi, acceptum, accipere**", que significa acoger, recibir, aceptar. Por lo tanto aceptación significa acoger, reciber algo que ocurre, que nos viene al encuentro. En otras palabras significa "aceptar la Voluntad de Dios".

Para nosotros, humanos, inmersos en el mundo de las formas, lo cierto es que no es fácil reconocer la Voluntad de Dios ni percibir sus fines y movimientos.

Bastaría, todavía, estar convencidos de que existe un Querer superior, un Propósito Divino, un Plan para la humanidad, para que todo lo que sucede, sea a las personas o a la colectividad, sea nada más que un medio para conducir a la realización de ese propósito, de ese plan. Nada por lo tanto, acontece por casualidad, pero todo tiene causa, una finalidad justa, benéfica y constructiva.

Si de esto tuviéramos una certeza profunda y una convicción interior, sería fácil adquirir la cualidad de la aceptación, que en realidad, es la de la "**colaboración consciente de la voluntad humana con la Voluntad Divina**".

En vez de eso, la voluntad humana casi siempre es la del yo inferior y está en contraste con la Voluntad Divina, expresada por el Alma, o Yo Superior, porque nosotros, inmersos en el mundo de la ilusión, de lo irreal, creamos para nosotros finalidades equivocadas, deseamos cosas que no siempre están en armonía con las leyes de la evolución, queremos la felicidad terrena, la satisfacción personal, en vez de volvernos al verdadero objetivo de la vida: la realización del Yo espiritual.

La voluntad humana puede perseguir fines egoístas, ambiciosos y de separación.

La voluntad de Dios se vuelve siempre para fines altruístas, impersonales, amplios y universales.

El Alma humana tiene una finalidad, un propósito que debe alcanzar, el cual está en armonía con la Voluntad Superior y desearía que nosotros, personalidades, comprendiésemos tal propósito. Pero, no siempre sabemos reconocer la Voluntad del Alma, dado que ésta no se puede manifestar claramente, directamente, ya que no tenemos contacto firme con el Yo Superior, un alineamiento continuo y perfecto entre los vehículos

inferiores y los superiores. Es por eso, que el Alma está constreñida a expresarse por medio de señas, de indicaciones veladas, por entre las circunstancias de nuestra vida y por las personas que encontramos en nuestro camino.

Podríamos decir que todo acontecimiento es, en realidad, un símbolo de la Voluntad del Alma. Aceptación, por lo tanto, significa acoger todo lo que sucede, toda provocación como una expresión simbólica y velada de la Voluntad Superior, la cual es siempre justa y benéfica, aunque no la sepamos reconocer.

Por ejemplo: nos obstinamos frecuentemente, insistiendo por un cierto camino, no obstante las dificultades y repetidas desilusiones, aún así no nos pasa por la mente el pensamiento de que, tal vez, lo que deseamos no se realiza por la Voluntad del Alma, que desearía conducirnos a una meta distinta, o que probablemente, hayamos tomado una actitud errada, siendo las desilusiones una advertencia del Alma, que nos quiere hacer comprender nuestras fallas y errores.

Como escribía León Tolstoi: "*Nos irritamos contra las circunstancias, nos amargamos y desearíamos cambiar, mientras que todos los acontecimientos de la vida son nada más que una advertencia: de cómo debemos actuar en las diversas circunstancias.*"

Esta frase expresa un concepto justo: todo acontecimiento tiene un significado oculto, toda provocación encierra una enseñanza. Debemos comprender, que, si algo va mal éso significa que no lo supimos hacer de modo correcto, o mejor dicho, del modo que desea nuestra Alma, para los fines de la evolución.

La aceptación, por lo tanto está en la "obediencia" al Querer Superior, y en la "paciencia" de saber esperar que todo se resuelva para el bien.

Desearíamos comprender claramente y desde luego, el significado de los acontecimientos, pero nos olvidamos que lo sucedido en un momento dado de nuestra vida, es apenas un fragmenteo de un mosaico mayor o fracción mínima del tiempo, que debe ser insertada en el ciclo mayor, que abarca una secuencia infinita de tales fracciones, y que es el tiempo Eterno e Infinito.

Es preciso, por lo tanto, saber esperar confiadamente y obedecer, no ciegamente, pero sí con aquella medida de conciencia y de comprensión que nos es dado alcanzar. El peligro a evitar es el de caer en un fatalismo ciego o el de tomar una actitud de suprema pasividad.

La aceptación

Aceptación no es resignación pasiva, pero sí es una actitud dinámica, constructiva y activa.

Alguien ya observó que la aceptación está situada en lo más alto de una escalera, cuyos escalones son:

Soportar.

Resignarse.

Aceptar.

En realidad, así es.

No existe en la aceptación, la ira impotente ni la sorda rebelión interior o la represión del odio, de quien es obligado a soportar la vida. No existe tampoco la pasiva e inerte sumisión, exenta de luz, de aquél que se resigna, por no entender porqué él se siente inerme frente a la adversidad.

Hay en la aceptación el coraje de quien comprende y, libremente, va al encuentro de la prueba.

Se esconde en la aceptación el verdadero significado de las palabras "abrazar la cruz", no en el sentido de la debilidad sino, por el contrario, en el estímulo que hay en la actitud serena y sabia de aquél que comprendió y prefirió trabajar con la Ley.

La aceptación es una cualidad mental que no se puede alcanzar mientras no se tenga la comprensión, aún incompleta, de lo que está detrás de la prueba y la convicción mental y conciente de la perfecta justicia del Plan Divino.

Dios no se divierte infligiendo sufrimiento. El destino no es fuerza ciega ni cruel. Existe apenas justicia, amor e inteligencia y, por lo tanto, nada de lo que se puede comprender puede ser injusto, malo o absurdo.

Nosotros somos los que estamos en lo oscuro y nos obstinamos en no abrir los ojos.

No es de hecho fácil, para el hombre conquistar la cualidad de la aceptación, dado que permaneció tanto tiempo inmerso en la ignorancia de las verdaderas leyes, se identificó con la personalidad y no tuvo ningún resplandor de luz. Es por eso que decimos que la aceptación es una cualidad del aspirante espiritual, en la medida en que se presupone que él haya pasado por muchas experiencias de superación y se haya convencido

de la verdad fundamental de la existencia de un Plan Divino, de que es un Alma inmortal, y que aún está en evolución, sometida a la acción de las Leyes Superiores, justas e inescrutables.

El hombre, por principio, se rebela, sufre y se amarga ante las dificultades y las aparentes injusticias de la vida, sin saber que es inútil luchar.

En el "Tratado de Medicina Esotérica", de A. A. Bailey, la aceptación es descripta del siguiente modo:

"Ella (la aceptación) no es un estado negativo, que propicia el descanso en una vida sumisa e inactiva; es una aceptación positiva (en el pensamiento o en la expresión practica) de condiciones que son, en el momento inevitables. Ella ayuda a evitar la pérdida de tiempo, que siempre ocurre cuando intentamos lo imposible, y conduce al justo esfuerzo adaptado a lo que es posible".

Vemos en estas palabras otro aspecto de la aceptación: lo práctico y lo útil. Al percibir la inevitabilidad de la prueba o experiencia de nuestra vida, ¿para qué perder el tiempo y energía al luchar y amargarse? ¿Por qué no aceptar lo inevitable y al mismo tiempo, intentar extraer toda la utilidad posible, toda la enseñanza que podamos, volviéndonos hacia lo que es posible?.

Hay una vieja historia de autor desconocido que dice:

"Preguntaron a un viejo negro cómo conseguía permanecer calmo, a pesar de todos los desastres que le ocurrían.

Respondió el negro: Aprendí a colaborar con lo inevitable".

Debemos hacer lo mismo: colaborar con lo inevitable, no oponerle resistencia ni rebelión estéril.

Si delante de las dificultades y de los acontecimientos dolorosos de la vida nos hiciesémos la siguiente pregunta: "¿ qué me puede enseñar este acontecimiento?, o ¿qué hay detrás de esto?, ¿dónde fue que me equivoqué?, ¿no me engañé?"... y después: "¿de qué modo me comportaré para transformar esta dificultad en un instrumento útil para mi evolución?, ¿cómo podré colaborar con esta lección? —y poco a poco adquiriríamos una sensación de paz y de serenidad indecibles, aún cuando no consiguiésemos comprender totalmente, el significado oculto de los acontecimientos.

Debemos, por consiguiente, disponernos a adquirir la cualidad de la aceptación, la cual nace del sentimiento de entrega conciente a las difi-

cultades de la vida, a la Voluntad del Alma, sin la cual no puede haber inicio del despertar espiritual.

Nuestro Ego, el verdadero Yo no puede comenzar a revelarse a nuestra conciencia personal, si no nos liberamos de las nieblas del deseo, del bienestar egoísta, de las ilusiones, del desánimo, de la rebelión, y en suma, de todas las reacciones que pertenecen al mundo de la personalidad, la cual aún no está purificada ni iluminada.

Nuestra personalidad debe ser formada y desarrollada, pero debe después ser puesta al servicio del Alma.

El obstáculo proviene justamente, del hecho de que nos apegamos a la personalidad, a medida que ésta se forma y se desarrolla y así, nos identificamos con el yo inferior y nos sentimos en perenne conflicto con el Yo Superior, que en realidad, nos quiere conducir hacia el camino de la elevación y del servicio altruísta.

Es por eso que debemos hacer una revisión en nosotros mismos, no considerar más la personalidad como un "yo", sino apenas como un instrumento de él. Debemos "rendir armas" y colocar nuestra voluntad personal al servicio de la Voluntad del Alma y sólo así podremos iniciar, con plena conciencia, el camino de la ascención hacia Dios y llamarnos verdaderos aspirantes espirituales.

8ª LECCION

Cualidad a Desarrollar: La Adaptación

"Rigidez en el alma y flexibilidad en la personalidad".

EN TODOS LOS PLANOS DE LA MANIFESTACIÓN, desde el más elevado hasta el más bajo, actúa una ley muy importante, cuya finalidad es ayudar al mecanismo evolutivo: es la ley de Adaptación. Esta ley tiene una utilidad particular y funciones específicas, sobre las cuales sería demasiado largo y complicado detenerse ahora. Es suficiente saber que ella se sirve de la energía del Tercer Aspecto, o de la Actividad Inteligente, y que coopera con el impulso evolutivo, favoreciendo el desarrollo de cualidades superiores y auxiliando el proceso de sublimación. Desde el punto de vista psicológico, esta ley da lugar en el hombre, a la cualidad de la adaptación o de la adaptabilidad. Debemos analizar detenidamente, cuál es la verdadera naturaleza y finalidad de esta cualidad fundamental, a fin de comprender plenamente su utilidad y su importancia para el perfeccionamiento humano en general, y para la obra de autoformación del aspirante espiritual, en particular.

Los científicos descubrieron esta ley de la adaptación, pero solamente la refieren a la materia física.

Escribió Lamarch: "La adaptación es uno de los mecanismos evolutivos elementales" E. Lacomte De Nouy, en su libro, "*El hombre y su destino*", afirma: "El ser vivo tiende siempre a adaptarse de modo físico-químico y de modo biológico. Es esta una manifestación de búsqueda de equilibrio, semejante a la que se observa en el mundo inorgánico..." Mas

adelante prosigue: "La adaptación perfecta nunca fue una meta en sí... parece, en lugar de eso, haber sido un medio por el cual pudieron progresar un enorme número de individuos".

La adaptación, por consiguiente, en lo que se refiere al cuerpo físico, parece ser una característica natural y espontánea. Percibimos que en el cuerpo, realmente, hay un maravilloso mecanismo de adaptación, el cual le sirve para preservar el equilibrio fisiológico y el funcionamiento armónico de varios órganos.

Esta cualidad no es sólo una prerrogativa física. Ella es (o debería ser) una cualidad espontánea también de los otros vehículos. Desde el punto de vista espiritual, la adaptación es algo muy complejo y profundo, ya sea en el plano físico o en cualquier otro.

Por otro lado, antes de que se perfeccione en el hombre la verdadera adaptación, surgen otras manifestaciones inferiores a ella. Se puede decir, como de cualquier otra cualidad que deriva de la energía espiritual que se distorciona y corrompe, al manifestarse en los niveles inferiores y en los individuos aún no purificados ni iluminados por el Alma. Hay, por lo tanto, cierto gradualismo en la expresión de estas cualidades en el hombre, que lo podemos esquematizar brevemente, del siguiente modo:

1) Adaptación pasiva o negativa

2) Adaptación falsa o pseudo adaptación

3) Adaptación creativa

1. **La "adaptación pasiva"** es aquella que se encuentra, bajo la forma inconsciente, en los niveles evolutivos más bajos, en los cuales la conciencia del Yo, como personalidad está aún vaga e informe, y el individuo, sometido pasivamente a las influencias ambientales. Tal adaptación, por lo tanto, se encuentra bajo una forma más o menos consciente también, en el nivel medio de evolución, cuando existe polaridad emotiva y cuando la voluntad y la mente no están aún, plenamente desarrolladas.

Si el cuerpo emotivo prevalece, hay una gran receptividad y una pronunciada susceptibilidad a las sugestiones provenientes del ambiente y de las personas.

Las personas muy jóvenes, por ejemplo, en las cuales existe casi siempre la polaridad emotiva, están abiertas a todas las influencias, a todas las sugestiones y encuentran en sí, con facilidad, la capacidad de adaptarse en forma pasiva y negativa.

Esta adaptación negativa debe ser combatida, dado que puede producir consecuencias perniciosas, que se extienden sobre todo, a los aspectos inferiores y producen el hábito de las condiciones y situaciones negativas. Este hecho detiene el progreso del individuo, lo somete, le corta las posibilidades, lo somete a bajas influencias, que prevalecen siempre sobre las más elevadas, por la presencia en nosotros de impulsos instintivos inconcientes, no superados y produce también, cristalizaciones y éxtasis.

Consideremos, por ejemplo, la gran cantidad de individuos que se adaptan a la miseria, al vicio, a la deshonestidad. Son semejantes a cierta "cera blanda", que delante de las circunstancias, se moldean al ambiente, se someten a las influencias de la prensa deteriorada, de la propaganda, de la opinión pública, de los ejemplos negativos... Todas esas personas tienen una forma de adaptación negativa, que traba el progreso y que debe ser absolutamente superada, por el crecimiento de la voluntad, del pensamiento autónomo y de la autoconciencia.

2. "**Pseudo-adaptación**". Es preciso estar atento, a fin de no confundir la verdadera cualidad de la adaptación con su aspecto inferior y falso, que con frecuencia se encuentra en temperamentos no evolucionados del Tercer Rayo...

Trátase de una forma de adaptación, no pasiva y sí positiva y voluntaria, pero realizada con fines egoístas y personales. En los tipos inferiores del tercer rayo, la inteligencia es puesta al servicio de un interés egoísta y así se conforma la característica de adaptabilidad, por su lado corrupto, el cual tiene como objetivo obtener la mayor ventaja posible de las circunstancias, de las personas y del ambiente. Es una forma de astucia y de disfrute, que induce a la falsedad, a la hipocresía y al arte de mimetizarse, lo cual es tan común entre embusteros y ambiciosos.

3. "**Adaptación creativa**". Esta es la verdadera adaptación, la verdadera expresión espiritual de esta cualidad, la que auxilia al aspirante espiritual a proseguir en el camino evolutivo y que lo torna capaz de crear nuevas cualidades y realizar en sí mismo perfeccionamientos y transmutación de energías.

Es esta la adaptación de aquéllos que "**conscientemente**", desean insertarse en su ambiente, lanzar puentes entre las personas, colaborar con el momento evolutivo que atraviesan, abrirse a nuevas ideas y a las influencias superiores, al mismo tiempo que mantienen la firmeza interior y los principios fundamentales y eternos.

Para aprender bien este aspecto espiritual de la adaptación, necesitamos saber distinguir entre lo que permanece estable y parado y lo que, por

el contrario, es fluido, elástico y flexible, "**Se firme como una roca, cuando se trata de principios, cede siempre en las cosas que no tienen importancia**"(*Krishnamurti, A los pies del Maestro*). Esto significa que debemos ser firmes en la parte espiritual y fluidos en las cosas que tienen que ver con la personalidad.

Si nos detuviéramos un momento para pensar en el defecto opuesto a la cualidad de adaptación, comprenderíamos mejor, la utilidad de ser flexibles y adaptables. El opuesto de la adaptación es la rigidez y la cristalización. La persona rígida es un ser aislado y cerrado, sea en cuanto al ambiente o a las otras personas. Es una persona que no sabe liberarse de sus preconceptos, hábitos y puntos de vista. No sabe comprender ni armonizar. En realidad, se trata de alguien que no vive en contacto con el mundo, sino en una cápsula cerrada y sellada. Desearía que los otros se adapten a él y no lo contrario y está siempre en lucha contra las circunstancias, contra el ambiente y contra las personas. Es profundamente infeliz, pues simpre se siente fuera de lugar, no se siente bien con los otros, por ser un solitario.

Afortunadamente, la falta absoluta de adaptación es muy rara y sólo se encuentra, algunas veces, en individuos anormales. Los psiquiatras, justamente, juzgan la sanidad mental de un individuo por su capacidad de adaptarse al ambiente y a las personas. Todavía, se encuentra frecuentemente, una cierta rigidez en intelectuales y en personas de tipo volitivo.

Veamos ahora los diversos modos de explicar la adaptación creativa:

a) "**Adaptación creativa en relación con las circunstancias**".

Las circunstancias de la vida, los acontecimientos, sean agradables o dolorosos son apenas "estímulos evolutivos", experimentos a los que somos sometidos, para que se formen en nosotros las cualidades propias para afrontarlos.

Adaptarse a las circunstancias no significa acomodarse mansamente, o resignarse pasivamente, sino que significa, esto sí, "crear en nosotros los medios, cualidades y dotes necesarios y útiles en aquel particular evento, en aquel particular momento". Este acto creativo sólo es posible porque poseemos dentro de nosotros, en estado latente, todas las posibilidades y todas las cualidades. Son como semillas que esperan la energía solar para germinar y crecer. Los acontecimientos representan, exactamente, la energía que despierta las cualidades latentes.

La adaptación creativa, por lo tanto, es el formar, el construir algo (no de la nada), a partir del material que ya poseemos y que está oculto en las

profundidades de nuestro interior. El hombre no conoce sus propias posibilidades, que son múltiples y maravillosas. Esto no debe parecer absurdo. Existen en el mundo centenas y centenas que han sabido transformar las experiencias de su vida en otras tantas cualidades positivas de carácter, han podido también extraer la máxima utilidad evolutiva de situaciones difíciles, forzadas o dolorosas.

b) **Adaptación creativa para con las personas.**

También, para con las otras personas es preciso realizar esta especie de adaptación creando puntos de contacto, uniones, "puentes", incluso cuando hay diversidad de temperamento, de grado evolutivo, de puntos de vista.

Esta es la verdadera adaptación, y ella es bastante distinta de la actitud de camaleón de los individuos del III Rayo. Nace de la plena comprensión de los demás y del amor verdadero que deja ver los lados buenos y la unidad esencial, oculta bajo la aparente diversidad y significa saber renunciar al egoísmo, a la auto-afirmación, a extraer de sí nuevas cualidades propias para ir al encuentro de las cualidades de otra persona. Significa poder encontrar la actitud cierta, las palabras oportunas y penetrar en el ánimo del prójimo, creando después, la integración de las diferencias, con nuevos estímulos para el progreso, para la ampliación de la conciencia. Al desarrollar nuevas cualidades se abren en la conciencia otras puertas y sobrevienen modificaciones reales, también en la estructura de los vehículos y en los centros de fuerza del cuerpo etérico. Por esto, se dice en el inicio de esta lección que la adaptación ayuda a la evolución del hombre.

c) **Adaptación creativa a las influencias espirituales.**

Existe aún otra forma de adaptación creativa, volcada hacia el yo superior, para todo lo que es nuevo, para todo lo que es superior y que es fruto del progreso y de la evolución.

La personalidad debería estar siempre alerta, elástica, adaptable a las energías del Alma, a las indicaciones que de ella provienen. Necesitaría estar lista para reconocer las ocasiones favorables al progreso, que le llegan de lo alto, sin oponer resistencia ni rigidez a las influencias espirituales. Intentaría adaptarse a las transformaciones y saber transmutar los aspectos inferiores, a fin de poder ir al encuentro de los impulsos superiores. Saber adaptarse a las energías anímicas es el secreto de la sublimación.

Como observamos antes, es el Alma la que necesita permanecer firme y sana, mientras que la personalidad debe ser flexible y elástica.

Alice A. Bailey, escribe:

"Los Grandes Seres tratan que surja en nosotros, los nuevos trabajadores de la luz, el requisito de la flexibilidad que a su vez, produce la adaptación. Ella está incluída entre las leyes fundamentales de la especie y es tan admirablemente aplicada por la naturaleza."

"Es de suma importancia transferir estas leyes al plano interior y utilizarlas en el nuevo ciclo de trabajo que nos espera. "

"La Ley de Adaptabilidad implica el reconocimiento de la necesidad del momento actual y de la nueva forma que entrará en acción con el advenimiento del nuevo ciclo".

d) **Adaptación creativa en servicio.**

La cualidad de la adaptación, además, es muy útil en el servicio, por ser real y eficiente en el auxilio a los otros. Debemos dar a los otros aquello que realmente necesitan y no aquello que creemos que les será de utilidad.

Con el fin de poder realizar esto, es preciso utilizar sabia e inteligentemente, una adaptación que nos permita encontrar el método justo para cada tipo de persona y saber utilizar la elasticidad y la flexibilidad y no la rigidez, cristalizándonos en nuestras ideas. La adaptación es el secreto de la real educación, la cual no es una imposición de las propias ideas, sino la transformación inteligente de los métodos de enseñanza, según los casos y según el particular momento evolutivo.

En lo que concierne al punto evolutivo en que estamos, el cual, aunque no sea el del hombre primitivo, no llegó aún al del discípulo o al del iniciado, ¿ qué será aconsejable hacer para adquirir esta cualidad fundamental?

Ante todo, es preciso intentar comprender si por tenperamento y por naturaleza nos inclinamos a la adaptación o a la rigidez; intentando determinar después, con la máxima sinceridad posible, a qué forma de adaptación somos más proclives: a la pasiva, a la falsa o a la creativa.

Puede darse el caso de que descubramos que somos más adaptables en un vehículo que en otro, por ejemplo, podemos adaptarnos físicamente y no mentalmente, o en lo emocional y no en lo físico, y así sucesivamente.

Este análisis, como es evidente, no será fácil; tomará tiempo, pues si no somos adaptables por naturaleza, tendremos un cierto desprecio por

la adaptación y no desearemos reconocer que, probablemente, tenemos una forma corrupta de adaptación.

Después de este agudo autoanálisis, donde intentamos sacar conclusiones más o menos exactas, pasaremos a la parte constructiva.

Si somos rígidos, debemos intentar desarrollar la elasticidad, auxiliados mentalmente por la comprensión de los acontecimientos, de las personas, por el crecimiento del amor, por la superación de la autoafirmación.

Si somos negativamente adaptables, debemos intentar utilizar en forma consciente esta tendencia, transformándola de inferior en superior, de pasiva en creativa; deberemos también superar la excesiva facilidad de someternos a influencias y a sugestiones, reforzando el centro de la autoconciencia, en el sentido espiritual, y el sentimiento de rigidez y defirmeza interior, en la Luz de nuestra Alma.

Todo esto nó deberá parecer demasiado difícil o incluso imposible, pues, como dijimos antes, en las profundidades de nuestro ser yacen latentes las semillas de todas las cualidades y no debemos olvidar que el Alma no es algo extraño ni lejano, sino nuestro "verdadero yo", aunque aún no tengamos conciencia de este hecho. Recordémonos que autoformarse no significa crear algo a partir de la nada, sino apenas hacer aflorar a la luz lo que está oculto, pues evolucionar significa: "transformarnos en aquello que realmente somos".

9ª LECCION

Cualidad a Desarrollar: El Discernimiento

"Condúceme de lo irreal a lo Real, de las tinieblas a la Luz, de la muerte a la inmortalidad".

UNA DE LAS CUALIDADES MÁS INSISTENTEMENTE MENCIONADAS en los libros espirituales, como requisito esencial para el aspirante es el discernimiento. ¿Por qué esta insistencia? ¿Qué significa realmente esta palabra?

Es preciso intentar comprender muy bien el significado del término "discernimiento", antes de tratar de perfeccionarlo en nosotros.

La palabra discernimiento proviene del latín "cernere", que significa "escoger", seleccionar, separar. El prefijo "dis" refuerza la idea de división, de escoger. Por lo tanto, discernimiento significa separación, discriminación.

Efectivamente, esta palabra sirve para indicar la facultad de escoger, de distinguir, inherente a la mente humana, primero como poder embrionario y latente y, después, a medida que ella progresa y se desarrolla, como una cualidad cada vez más aguda, completa y profunda.

Se puede decir que esta cualidad mental sigue el proceso evolutivo de la mente del individuo, dado que se inicia cuando en el hombre surge el primer destello de dualidad y alcanza su expresión más alta y plena, cuando él despierta totalmente para la conciencia espiritual y adquiere visión de aquello que está detrás de la forma.

Efectivamente, el verdadero discernimiento espiritual es la facultad de la mente de discernir entre lo irreal y lo Real, entre lo que es efímero y caduco, y lo que es eterno e imperecedero y, por lo tanto, es su meta y punto de llegada de un largo camino con varios grados y etapas.

No obstante para alcanzar esta meta, la facultad de discernimiento en vías de desarrollo se manifiesta como una cualidad de la mente concreta y es utilizada por el hombre en su aspecto "opción cierta", es decir, correcta discriminación y facultad de selección.

Podremos, por consiguiente, decir que existen dos aspectos del discernimiento:

el aspecto mental

el aspecto espiritual

El primero es una facultad de la mente concreta y se vuelca hacia el exterior, para la personalidad; el segundo también pertenece a la mente concreta, recibe el reflejo de la luz del Alma, se torna hacia el interior, para el mundo de las causas, y a veces, se eleva hasta el plano de la intuición. El verdadero discernimiento espiritual, de hecho es, en cierto sentido, el aspecto inferior de la intuición.

Nuestra mente concreta posee muchas cualidades, como por ejemplo, las facultades de comprender, razonar, analizar, sintetizar, etc. El discernimiento, no obstante, es algo distinto a todas estas facultades, o tal vez,sea el producto sintético del uso de todas ellas, el resultado final alcanzado por la mente, después de haber empleado los diferentes procesos.

Es obvio que no puede haber discernimiento y, por lo tanto, capacidad de correcta y justa elección, cuando la mente está aún vaga, informe e inmadura, dado que en tal caso, existe el predominio del cuerpo emotivo con todas sus dificultades. Los mayores obstáculos al progreso del discernimiento provienen, efectivamente, del cuerpo emotivo.

Tales obstáculos son:

a) Los grandes apegos

b) El deseo de felicidad

c) Las oscilaciones del cuerpo emotivo

d) Los bloqueos emocionales.

El apego excesivo a las personas o a las cosas ofusca la fluidez de la mente y le impiden elegir de modo sabio y discernir el camino cierto. Así mismo, el deseo egoísta de felicidad no se deja ver de modo objetivo y claro y puede conducir hacia el camino errado, impidiendo el discernimiento entre el bien y el mal.

Las oscilaciones del cuerpo emotivo entre los dos polos opuestos constituyen el obstáculo más común y más grave. El hombre, cuando está polarizado en las emociones, oscila continuamente entre pares de opuestos (placer y dolor, amor y odio, euforia y desánimo, etc.) y está continuamente en conflicto, sin saber encontrar una solución para su problema. La mente, incluso la poco desarrollada, es influenciada por estas oscilaciones y sus facultades son anuladas por las perturbaciones y agitaciones de las ondas emocionales.

Los bloqueos emocionales son un obstáculo más insidioso, porque yacen profundamente ocultos en el inconsciente, disfrazados bajo el aspecto de cualidades o tendencias positivas. El individuo es totalmente impotente contra ellos hasta que su mente se torne de tal modo poderosa e iluminada, que pueda tener capacidad de dispersar las tinieblas emocionales.

Todos estos obstáculos al discernimiento, que provienen del cuerpo emotivo, pueden ser superados lentamente por el progreso de la mente y por el uso constante de su poder de dominio sobre las emociones.

Existen, pues, obstáculos congénitos a la propia mente, como los defectos mentales del tipo del orgullo, de la presunción, del prejuicio, del fanatismo, etc. Tales fallas traban la facultad de la correcta y justa elección de la mente o, mejor dicho, del discernimiento al que no le permiten operar libremente, en todas las direcciones. Pueden a veces, sofocarlo complemente y otras veces, parcialmente apenas, según el campo al cual son dirigidas. Un individuo puede hasta tener un discernimiento parcial e incompleto, si su mente fuera desarrollada pero no aún,totalmente purificada. A medida que el hombre libera su mente de sus defectos, aumenta su facultad de discernimiento, ampliándose y tornándose ésta más completa y más profunda.

Como dijimos al inicio, existen varios grados de discernimiento, según el nivel evolutivo del hombre y según el uso que el hombre hace de él. Estos son algunos ejemplos de los diversos grados de discernimiento:

"Para el hombre poco evolucionado":

a) entre el bien y el mal;

b) entre lo justo y lo injusto;

c) entre lo útil y lo perjudicial;

"Para el hombre común":

a) entre el bien y el bien mayor;

b) entre lo justo y lo más justo;

c) entre lo útil y lo más útil;

"Para el hombre ideal":

a) entre el bien para sí y el bien para los demás;

b) entre lo justo para sí y lo justo para los demás;

c) entre lo útil para sí y lo útil para los demás;

"Para el aspirante espiritual":

a) entre el bien individual y el bien del grupo;

b) entre lo justo individual y lo justo para el grupo;

c) entre lo útil y lo más útil.

A propósito, Alice Bailey escribe: "El ser humano, a medida que progresa percibe que debe confrontarse con distinciones cada vez más sutiles. La discriminación grosera entre lo que es justo y lo que no lo es, ocupa la conciencia aún infantil y es seguida de discriminaciones más sutiles entre lo justo y lo más justo, lo elevado y lo más elevado y los valores espirituales pasan a ser ponderados con la más meticulosa percepción espiritual..."

Es manifiesto, pues, que la cualidad del discenimiento se refina y se eleva cada vez más, y que la persona que la posee aprende a recorrer el "camino sutil como el filo de una navaja", el cual lo lleva al equilibrio perfecto entre los pares de opuestos.

El discenimiento, por consiguiente, al volverse hacia el mundo interno y subjetivo permite al aspirante hacer otras distinciones, como por ejemplo:

a) entre lo que es emotivo y lo que es mental;

b) entre lo personal y lo anímico;

c) entre lo que es fruto de la ilusión y lo que es fruto de la intuición.

El aspirante practica en su íntimo una especie de elección continua, paciente y precisa que poco a poco lo conduce a "distinguir la ilusión del centro de realidad, lo real de lo irreal, el Yo del no Yo". El aspirante espiritual se confronta, pues, a veces sin darse cuenta, con el problema de la elección y de la sabia distinción y sólo, el discernimiento puede auxiliarlo a encontrar una solución justa y correcta.

También, en el campo de los conocimientos espirituales, es sumamente necesario utilizar el discernimiento, a fin de seleccionar lo que es verdadero y útil, entre las diversas alternativas, no siempre verdaderas o esenciales. El discernimiento nos defiende de la fanática y ciega aceptación de enseñanzas, palabras y escritos, con los cuales entramos constantemente en contacto, proporcionándonos la facultad de discernir cuál es la beta de oro puro, entre los engaños e ilusiones, al mismo tiempo que nos ofrece la capacidad de descubrir la Verdad, por detrás de las superestructuras y de todas las supersticiones.

Esto, ciertamente no es fácil, dado que, en general, nada nos lleva a rechazar o a aceptar una doctrina con entusiasmo ciego. El discernimiento, por otro lado, nos enseña a examinar todo bajo la luz de la razón, sin permitir sugestionarnos por palabras o por escritos de otras personas ni dejarnos influenciar por juicios, ideas preconcebidas y diversidad de opiniones. Por medio del discernimiento conseguimos realizar una elección sabia, prefiriendo lo que nos parece verdadero y justo, y que responde plenamente, a las exigencias de la conciencia y de la mente.

Helena Blavatsky, en la "*Doctrina Secreta*" escribe:

"Dice el señor Buda que no debemos creer en una cosa sólo porque alguien lo dice ni en todas las tradiciones, porque simplemente remontan a la antigüedad ni en los rumores como tales; ni en lo que escriben los sabios, sólo porque ellos fueron los autores; ni simplemente, en la autoridad de nuestros instructores y maestros. Debemos creer apenas en cuanto escrito, doctrina o dichos se ven corroborados por nuestra razón y por nuestra conciencia".

La facultad de discernimiento, además de eso, es indispensable para el aspirante cuando éste comienza a escribir. Se enfrenta con el problema de la elección del camino del servicio que seguirá, del método que usará, del momento oportuno para la acción... Todos estos problemas son inherentes al servicio y pueden ser resueltos apenas con el uso del dis-

cernimiento. No puede haber verdadero servicio sin discernimiento. En el libro *"Cartas sobre meditación oculta"* Bailey esclareció la actitud de quien usa el discernimiento en el servicio; leamos un tramo:

"Sirve con discernimiento aquél que sabiamente se da cuenta de su propio lugar, sea este pequeño o grande, en el esquema general; aquél que sabe calcular sabiamente su capacidad mental e intelectual, su calibre emocional y sus dotes físicos y que puede, con la suma total de todo esto, dedicarse a cumplir con su tarea".

"Sirve con discernimiento aquél que juzga con auxilio de su Yo Superior y del Maestro, sea cual fuera el alcance, —o problema a resolver— sin ser guiado por sugestiones, pedidos o exigencias, bien intencionadas pero frecuentemente erradas, de sus compañeros".

"Sirve con discernimiento aquél que tiene la sensación del tiempo en la acción... y que sabiamente adapta el tiempo a su disposición". (A. A. Bailey: *Cartas sobre meditación oculta*).

En el servicio, por lo tanto, la facultad de discernimiento es fundamental, dado que sin ella corremos el riesgo de hacer más mal que bien, de desperdiciar inútilmente nuestras energías y de cometer errores más o menos graves.

De hecho, no es fácil alcanzar la plena expresión de esta facultad y poder preguntar cuáles son los medios para facilitarle su progreso.

Existe un solo medio: desarrollar la mente y utilizar su facultad de justa selección.

Como dijimos al inicio de esta lección, se sabe que si la mente no está desarrollada, el hombre no puede tener discernimiento, dado que esta cualidad es esencialmente mental y racional y que se va formando y aumentando cada vez más, por el uso correcto de la mente.

"**Podríamos decir que el discernimiento se perfecciona mediante el uso del propio discernimiento**". Esta no es una frase que expresa una paradoja, sino una verdad, ya que, tal vez, no exista en el hombre otra cualidad con esta singular característica de desarrollarse, de crecer, de perfeccionarse, por medio del simple uso de sí misma, pues (como quedó dicho) ella se identifica, por así decir, con la propia cualidad de pensar, que es un modo de hacer natural y espontáneo de la mente, hasta cuando ella es todavía inmadura.

El discernimiento

El poder de escoger, de hacer distinciones, de seleccionar, nace en la mente humana juntamente con el poder de razonar, el que crece y se eleva al mismo tiempo que la propia mente.

Por lo tanto, cuando la facultad mental del discernimiento es utilizada, como dijimos, volcada hacia el mundo subjetivo, poco a poco enseña a hacer distinciones, aún en el plano interior. Comenzamos a sentir que nuestro "yo" es algo distinto de sus envolturas, que él es una realidad permanente e inmutable, entre las mutaciones y modificaciones de nuestro psiquismo. Aprendemos a comprender cuáles son los valores esenciales y eternos y nos habituamos a vislumbrar la esencia, por detrás de la forma. Así el discernimiento se toma un sexto sentido, una facultad de sensibilización interna que nos hace descubrir el lado Divino que hay en nosotros y en todas las cosas, además de darnos la capacidad de distinguir lo esencial de lo que no lo es, lo verdadero de lo falso, el querer del Alma del querer de la personalidad, guiándonos con iluminada sabiduría, a lo largo del difícil camino de la evolución que nos lleva a Dios.

10ª LECCION

Cualidad a Desarrollar: El Correcto Uso de la Palabra

SÓLO CUANDO EL NÚMERO DE PALABRAS utilizadas fuera reducido, aprenderemos la practica del silencio y le será posible a la "palabra" ejercitar su poder en el plano físico, dice Alice Bailey.

Existen dos aspectos del uso correcto de la palabra: el esotérico y el moral. El primero se refiere a las vibraciones puestas en movimiento por el sonido y el segundo, a la finalidad y al significado que nos interesa.

Señalaremos brevemente, el aspecto esotérico de la palabra, aunque en nuestro actual estado evolutivo muy poco sabemos y podemos conocer y comprender del poder oculto del sonido.

Desde el punto de vista físico, sabemos que a cada sonido corresponde una vibración y, que la ciencia utiliza hoy estas vibraciones sonoras para múltiples fines. Sabemos también que nuestro oído físico, no puede percibir sino una limitada gama de sonidos y que existen en la naturaleza también "ultrasonidos", o mejor dicho, vibraciones sonoras que no oímos, pero cuya existencia fue comprobada por aparatos especiales.

Afirman las ciencias espirituales que tales vibraciones no producen efectos físicos solamente, sino también efectos en planos más sutiles. El sonido puede poner en movimiento poderosas energías, crear formas-pensamiento, y tal vez, sea este el significado oculto de las palabras iniciales del Evangelio:

"En el principio era el Verbo y el Verbo era como Dios y el Verbo era Dios".

Y después: "Verbo se hizo carne", manifestandose en plano físico por Voluntad de Dios.

Ése es el secreto de la Creación.

También el hombre, a medida que desarrolla su conciencia, se vuelve cada vez más capaz de emplear creativamente la palabra y tornarla un vehículo de energía. Al principio discípulo y después iniciado, él aprende a utilizar las palabras de poder, las "palabras sagradas", **los mantras**, a fin de construir formas-pensamiento con el sonido.

Pero, como ya dije antes, todo esto es prematuro para nosotros.

Lo que más cerca nos toca es el aspecto moral de la palabra, el uso que de ella hacemos en la vida cotidiana y los efectos de este uso.

Ante todo, debemos hacer la siguiente pregunta: "¿Cuál es el verdadero significado de la palabra? ¿Cuál debería ser su verdadero fin?"

La palabra en realidad, es un símbolo, dado que encierra una idea correspondiente a alguna cosa, sea un objeto material, sea un sentimiento, un pensamiento o una cosa abstracta. La palabra representa por lo tanto, el esfuerzo humano en el sentido de expresarse, de comunicarse con los demás. Eso es en el fondo, la propia esencia del hombre. La palabra es, o debería ser, un vehículo de energía, un medio por el cual el hombre conduce su energía al plano físico.

Todavía, en las personas poco evolucionadas o en las que no saben pensar claramente, la palabra no es, en realidad, vehículo de energía, dado que tales personas tienen una idea muy vaga e imprecisa del verdadero significado de las palabras que pronuncian. No falta quien, efectivamente, hable en forma mecánica, superficial, sin pensar en lo que dice y no utilizando las palabras como "símbolos de ideas".

En realidad, no es fácil saber expresar energías e ideas, por medio de palabras. Raramente nos damos cuenta de la dificultad que existe en la manifestación exacta y precisa de nuestro pensamiento. Se puede decir que eso constituye un esfuerzo continuo y un estudio incesante.

Tal vez Krishnamurti, en su libro "A los pies del Maestro", quisiese significar precisamente esto cuando dice: "Vuestras palabras son verídicas". Probablemente quiso decir: vuestras palabras son la correspondencia exacta de lo que sois interiormente.

Hasta que el hombre tenga condiciones de tomar a la palabra en verdadero vehículo de energía y medio de manifestación de su mundo interno, no hará más que alterar, en vez de esclarecer, su pensamiento al ha-

blar, esto es porque en muchos casos el silencio es más eficaz y "significativo" que la palabra.

Es preciso mientras tanto, utilizar continuamente la palabra. La vida nos coloca en todo momento en la necesidad de hablar y de expresarnos. ¿De qué modo podremos utilizar mejor la palabra? ¿Cómo, definitivamente, se llega al "uso correcto de la palabra?

Antes de responder a estas preguntas, recordemos que las cualidades que examinamos están siendo consideradas desde el punto de vista de la persona que procura colaborar con la evolución, que busca superar la personalidad y que aspira con todas sus fuerzas a la manifestación de su Yo más elevado.

Entendido esto, veamos cómo se puede llegar el uso correcto de la palabra. Pero antes, es necesario alcanzar la "**inocuidad en el Hablar**". ¿Qué significa esto?

Otras veces que señalamos la inocuidad, verificamos que esta cualidad no significa sólo no hacer el mal, sino también hacer el bien. Por consiguiente, en lo que toca a la palabra, deberemos no perjudicar cuando hablamos y al mismo tiempo, cuidar para que nuestras palabras hagan el bien.

Todo esto, a primera vista, puede parecer muy simple. En realidad, esta frase tan breve oculta todo un programa de autodominio, de purificación y de autotransformación.

Es posible perjudicar a otras personas por medio de las palabras y esto es disimulado por un sinnúmero de formas. No obstante, con la mayor buena fe, no tenemos conciencia a menudo, de la grosería, de la maldad o de la crueldad. Se puede muchas veces, hacer el mal simplemente por medio de una palabra inoportuna, o liviana, que dice cosas que no deben ser dichas.

Podemos perjudicar por medio de la crítica, del chisme, y de la mentira. Podemos perjudicar usando palabras con fines egoístas, expresando envidia, odio, alterando la verdad, para inducir al error y para alcanzar fines ilícitos.

El mal puede ser hecho por la expresión de sentimientos negativos, tales como el miedo, el pesimismo, la tristeza, la angustia, la desconfianza, la ansiedad, la duda.

Se puede perjudicar, expresando sentimientos y pensamientos destructivos, deprimentes y negativos...

Todas nuestras palabras, incluso las dichas con superficialidad, producen su efecto, exterior o interior. En el exterior, cuando son oídas por otras personas, producen consecuencias en ellas. En el interior, ponen en movimiento energías sutiles y crean vibraciones que se reunen a vibraciones semejantes.

Ese es el motivo por el cual, la "primera regla" para el correcto uso de la palabra podría ser enunciada como: "**Reflexionar antes de hablar**". Para conseguir esto, es preciso adquirir control permanente sobre nosotros mismos, en lo que se refiere al uso de la palabra, además de aprender a pensar en lo que decimos y en las consecuencias que se pueden producir.

"**La segunda regla: Aprender a valorar el silencio**".

En la mayoría de los casos, mejor es callar que pronunciar palabras inútiles o de los cuales no estamos seguros. Nuestro silencio, no obstante, debe ser positivo, irradiante, vital y nunca de inercia y de vacuidad.

En este punto es preciso abrir un breve paréntesis, a fin de exhortar al lector/a el auto-análisis, para descubrir si está siendo llevado a hablar demasiado o poco. Ambos excesos son nocivos. Veamos sus causas:

a) Pobreza de vida interior.

b) Falta de autodominio.

c) Exceso de energía.

La persona cuya vida interior es pobre sufrirá de vacío interior, de inactividad e inmadurez de pensamiento; vivirá casi completamente en la superficie y procurará por medio de palabras (que generalmente son inútiles, ociosas y vanas) llenar el vacío de su mente.

Personas de este tipo rechazan el silencio, que para ellas se asemeja al sueño o a la muerte repelen, naturalmente, la soledad y la reflexión, las cuales no significan nada para ellas.

Hay otras, que al contrario, hablan demás por ser impulsivas, emotivas y carentes de autodominio.

Todo sentimiento, toda emoción, todo pensamiento que les atraviesa el ánimo necesita ser inmendiatamente revelado a los demás, pues les falta el autodominio, la reflexión y la sabiduría.

Son, naturalmente, eminentemente extrovertidas y la vida de su pensamiento no es profunda.

Existe también el caso de aquellos que se desahogan con palabras o excesos de energía, sea física, emotiva o mental. Son personas perezosas y tamásicas físicamente, que encuentran en el hablar y en el discurrir con animación y de manera prolongada, una válvula de seguridad para la presión interna de las energías psíquicas que, de otro modo, formarían una obstrucción, o congestión, de consecuencias desagradables y perjudiciales.

Recapitulando, diríamos que hablar mucho se debe a una de las causas que hemos examinado, y en el autoanálisis debemos tratar de descubrir cuál es nuestro caso.

El hablar poco, al contrario, puede ser debido a las siguientes causas:

a) poco desarrollo mental y polaridad emotiva;

b) introversión excesiva;

c) incapacidad de poder expresar los propios pensamientos.

Cuando una persona carece de desarrollo mental y no sabe formular clara y ordenadamente sus pensamientos, puede encontrar dificultades al hablar y al expresarse. Si, además de esto, está emotivamente polarizada, vive en un mundo vago y nebuloso, inmerso en una neblina de sensaciones e impresiones emotivas, no sentirá gran necesidad de hablar, dado que, en cierto sentido no tiene necesidad de esto, pues se comunica con los otros por medio del plexo solar.

Existe también la introversión excesiva, que conduce a una especie de aislamiento egoísta del mundo externo y a un interés por el mundo psíquico subjetivo, muy superior al que se vuelve para el mundo externo. Los introvertidos no sienten necesidad de hablar o de comunicarse con los otros en el plano físico, para ellos es mucho más importante y real el mundo interior.

Además de eso, existe una incapacidad real de expresión por medio de las palabras y una especie de barrera u obstáculo entre ellos y el mundo externo, el cual les impide formular los propios pensamientos y las propias sensaciones de forma verbal.

A veces, la introversión puede ser causada por la timidez o por un desarrollo mayor del lado intuitivo, en relación al mental.

Aquí van apenas breves trazos, que tienen sólo la finalidad de dar comienzo al autoanálisis y que después deben ser completados y profundizados por las personas, por sí mismas.

Lo que, por encima de todo es importante, es descubrir cuál es el uso que hacemos de las palabras y cuál es nuestro lado débil, o aquél que es el nudo de nuestro problema.

Conforme dijimos antes, es preciso siempre reflexionar antes de hablar y adquirir por lo tanto, autocontrol incesante, una "presencia" continua, además de gran sensibilidad. Hay casos en los que es preciso callar y otros en los que es oportuno hablar -y todo esto según la persona con la que tratamos en el momento-.

Quien decide hablar, todavía, debe cuidar para que su palabra sea utilizada para el bien, y que sea sobretodo constructiva. Los pesimistas, los críticos, los que expresan dudas, los que censuran o juzgan, los timoratos -aunque digan cosas que correspondan a la verdad- no saben el mal que pueden suscitar con sus palabras, dado que, con su destructividad ponen en movimiento energías negativas que se unen a otras similares, redoblando el mal. Es una verdadera ley oculta: no se debe afirmar la negatividad, aunque exista y siempre "afirmar lo que es bueno".

Sobre esta ley oculta del poder mágico de la palabra se basan muchas escuelas espitiruales que tienen por finalidad auxiliar a los demás, tales como el Movimiento de Unity, la Chirstian Science, etc.

Además de eso, es preciso tener siempre presente que la palabra es energía y que utilizar la palabra es "utilizar energía". No debemos, por lo tanto, desperdiciar tal energía inútilmente. A veces ocurre que, después de un día en el que hablamos durante mucho tiempo, nos sentimos vaciados, desvitalizados, exhaustos y después de un día de silencio es al contrario, que nos sentimos retemplados y revigorizados. Este es un hecho real y no una ilusión.

Cuanto más se progresa en la vida interior menos se habla, pues entonces sentimos no sólo la responsabilidad de lo que decimos, sino también la importancia y el valor del silencio.

Alice Bailey escribe:

"Es tiempo de comprender toda la importancia de reflexionar antes de hablar, recordando el precepto que dice: Antes de ser digno de hablar, se debe alcanzar la Conciencia".

El hombre común habla sin reflexionar y no piensa ni remotamente ni en el bien, ni en el mal que puede hacer con sus palabras. Pero aquél que comenzó a despertar para la conciencia espiritual, y que se inició para el camino de la Luz no puede continuar ignorando la importancia de

la palabra y necesita comenzar a vigilar toda conversación y toda expresión que sale de su boca.

De Alice Bailey, citamos aún:

"Las palabras son de tres géneros: 1) las ociosas, de las cuales cada una producirá su efecto; 2) las amorosas y buenas, en las cuales notenemos necesidad de detenernos; 3) las que no son buenas ni amorosas, por las cuales expiaremos en corto plazo. Son estas las palabras de egoísmo, pronunciadas con fuerte intención, las cuales constituyen una pared de separación. Es preciso mucho tiempo para abatir tales paredes, para liberar y para disipar los propósitos egoístas acumulados".

"Examina tus motivos y pronuncia apenas las palabras que armonizarán tu pequeña vida con el gran propósito de la Voluntad de Dios. Las palabras de odio y las crueles, que llevan la ruina a aquellos que no resisten la maléfica influencia, las maledicientes y venenosas, referidas apenas por el interés que despiertan... Todas estas palabras matan los vacilantes impulsos del Alma, cortan las raíces de la vida y por lo tanto producen la muerte... El pensamiento ocioso, egoísta, cruel y odioso, expresado en palabras, construye una prisión, envenena las nacientes de vida, conduce a la enfermedad, causa desastre y retarda la liberación.

"Sé, por lo tanto, sincero, amoroso y bueno, cuando lo puedes ser. Mantiene el silencio lo más que puedas y la Luz entrará en ti".

Estos consejos, por simples que puedan parecer, esconden todo un programa de trabajo, de purificación y de autotransformación. Es necesario que el aspirante aprenda a pensar, a reflexionar intensamente, antes de hablar y que adquiera las cualidades fundamentales de la sinceridad, de la simpatía, de la inocuidad, a fin de poder utilizar la palabra en forma sabia y justa.

Debe comprender, además, el valor oculto del silencio y saber utilizarlo; para este fin es que la vida lo fuerza frecuentemente a la soledad, a la falta de afecto, y de amistades... Recordemos que "nada ocurre por casualidad" y que todo tiene una finalidad y un significado, sobretodo cuando se inicia la vida espiritual. El Alma interviene entonces, activamente en nuestra vida y nos dirige y nos adiestra, por medio de experiencias, pruebas, dificultades y problemas que debemos superar.

Lo mismo sucede con esta cualidad del uso correcto de la palabra. Será el Alma la que nos dará indicaciones sobre el camino a seguir, pero seremos nosotros los que deberemos interpretar sus avisos y señales.

Si, por ejemplo, nos piden de hablar, si nos colocan en una situación en la que es preciso usar la palabra, a fin de enseñar, o de difundir la verdad, deberemos tratar de obedecer a este pedido del mejor modo posible, apelando a nuestra Alma y procurando tornar nuestra palabra cada vez más, en un vehículo de energías superiores.

Terminaremos esta breve e incompleta lección con algunas frases de Alice Bailey que indican con claridad luminosa cuál debería ser el tema fundamental del uso de la palabra: "No hablar del pequeño yo. No lamentar haber hecho. Los pensamientos volcados para el yo y para su destino inferior impiden a la voz del Alma resonar a su oído. Hable del Alma, del Plan Divino, olvídese de sí mismo, en cuanto construya para sus hermanos. Sólo así podrá la Ley del Amor establecerse en el mundo".

11ª LECCION

Cualidad a Desarrollar: La Ausencia de Miedo

"Guárdate del temor que se extiende, como las alas calladas y negras
de un murciélago nocturno, entre la claridad lunar de tu alma
y la gran meta que se yergue indistinta en la distancia remota.
El temor....¡Oh! discípulo, asesina la voluntad y paraliza la acción."

UNO DE LOS OBSTÁCULOS MÁS COMUNES y más engañosos que el hombre encuentra en su camino evolutivo es el miedo. Nadie está absolutamente exento de esta emoción, que no siempre se manifiesta abiertamente, pero que se oculta bajo otros aspectos, se transforma en otras características y se insinúa en nuestras tendencias, comportamientos y acciones.

El miedo es tal vez, el mal más extendido en la humanidad, como escribe Alice Bailey "por ser un mal inherente a la propia materia".

No podemos entonces, progresar verdaderamente ni dedicar nuestras energías a la obra de autotransformación que nos llevará paso a paso, cada vez más cerca de la luz, si no nos liberamos de este obstáculo.

Está escrito en todos los libros espirituales que el discípulo debe alcanzar una total "ausencia de miedo", antes de poner un pie en el Camino, dado que debe ser valiente, sereno, confiado, seguro de sí, para poder afrontar todos los peligros, las crisis y las asechanzas, de las que el camino espiritual está repleto.

La consigna del ocultista es "Querer, conocer, osar y callar". Necesitamos, por lo tanto, saber también "osar"; saber afrontar valientemen-

te las dificultades y no dudar delante de ningún obstáculo que se oponga entre nosotros y la meta.

La completa ausencia de miedo significa: completo dominio de sí mismo y absoluta confianza en el resultado final.

¿Cómo haremos, pues, para liberarnos del miedo pérfido, que de mil modos se introduce en nuestro ánimo, nos cercena la voluntad, nos ofusca el pensamiento, nos impide actuar, y nos torna débiles, dubitativos e inseguros?

En primer lugar, hay que tratar de entender bien qué es el miedo; cuáles son sus múltiples aspectos y manifestaciones para, en segundo lugar, analizar sus causas y sus distintos aspectos.

Después, examinaremos los diversos métodos y maneras de superar y liberarse del miedo.

El miedo puede dividirse en dos grandes categorías:

a) Miedo consciente y racional.

b) Miedo inconsciente e irracional.

a) **Miedos conscientes**

Pueden ser de distintas especies:

1) Miedo al sufrimiento (físico o moral).

2) Miedo a la muerte (a la nuestra o a la de otras personas queridas).

3) Miedo al futuro.

4) Miedo de una circunstancia particular.

5) Miedo a la soledad, etc.

Estos son apenas, algunos pocos ejemplos de las infinitas formas de miedo que atormentan al hombre y se manifiestan de los modos más variados.

Estos miedos son, a veces, justificados por experiencias negativas, por las cuales ya pasamos y que nos llaman la atención de las dificultades posibles, de los peligros y de los sufrimientos. Otras veces, el miedo se aloja en nuestro ánimo sin justificación alguna, se hace parte de nuestra naturaleza y de nuestro carácter, es casi una característica de

nuestro temperamento. Veamos pues, cuáles son las causas de estos miedos.

Según ya se dijo al principio, tal tendencia al miedo es altamente perniciosa, y quien de ella sufre es un ser mutilado, contínuamente bloqueado y paralizado, que no puede manifestarse, además de vivir agitado e inquieto, permanentemente.

No me extenderé demasiado, en describir este género de miedo, pues deseo dar un rápido esbozo también, de los miedos inconscientes y de sus causas, para poder detenerme un poco más en la parte constructiva, esto es, en los medios y modos de superarlo.

b) **Miedos inconscientes**

Los miedos inconscientes, o mejor dicho, de origen subconsciente, son todos los que no presentan una explicación racional o causa visible y que no aparecen en la conciencia de modo claro y explícito, pero si bajo la forma de malestares diversos y de estados emotivos. Van de una ligera ansiedad, que atormenta sin causa aparente, hasta el estado de angustia profunda, que puede tornarse en una verdadera patología, en los casos más graves.

También la timidez, la duda, la inseguridad, la vacilación, etcétera, entran en el marco del miedo inconsciente, así como las diversas y variadas fobias (de carácter leve) que nos afligen a todos.

Las fobias (por ejemplo la agorafobia: miedo a los lugares abiertos) y la claustrofobia (miedo a los sitios cerrados) ciertamente, están ligados a traumas que se toman subconscientes y que se manifiestan en la superficie de la conciencia, como un miedo, un impedimento, una aversión por cualquier cosa, sin una razón lógica.

Existen personas que de todo tienen miedo, que viven en un estado de ansiedad permanente y que sienten pavor y agitación por cualquier cosa que deban enfrentar, aún las más simples y más comunes. Crean escrúpulos, límites, obstáculos, sin ningún motivo. Sienten constantemente, miedo de engañarse, de ser mal interpretadas, de ir al encuentro de quien sabe qué peligros...

Tales personas podrán buscar en el propio subconsciente la causa de su estado, dado que no hay una explicación lógica racional para su comportamiento.

Frecuentemente, hasta las inhibiciones de realizar cualquier acto derivan de un miedo inconsciente, con origen en traumas del pasado.

Por ejemplo, el miedo a ser afectuoso y expansivo proviene del miedo a ser rechazado, el cual es naturalmente inconsciente y ligado a algún trauma afectivo o acontecimiento de la infancia, en el cual las expresiones de la persona fueron violentamente desdeñadas y forzadas a ser reprimidas. Nace en este momento una inhibición, o mejor dicho, una defensa para no volver a sufrir.

A menudo, sin embargo, no hay un vínculo claro entre la inhibición y el trauma, éste está disimulado bajo otro aspecto. Por ejemplo, el miedo a dirigir un automóvil puede enmascarar una incapacidad de dirigir una empresa o un establecimiento de campo, y esto está causado por la inhibición del instinto de autoafirmación. La incapacidad de escribir una carta (una inhibición que muchas veces, la sufren personas cultas) encubre una inhibición de carácter afectivo. Así, el miedo al sol o a la luz muy fuerte, puede significar que existe un complejo de culpa o un miedo a ser descubierto, a ser iluminado hasta en lo más profundo y retirado de la psiquis.

Aunque no lleguen a ser complejos, todos los estados de ansiedad, de temor, de agitación que no tengan causa atendible, tiene ciertamente, raíces en el subconsciente.

Causas del miedo

Todo miedo consciente o inconsciente tiene origen en el cuerpo astral.

Alice Bailey dice que las energías que se manifiestan más frecuentemente, en el cuerpo astral del ser humano común son las siguientes:

1) Miedo.

2) Depresión (o su polo opuesto, la euforia).

3) Deseo (en todas sus formas).

Como vemos, el primero en la lista es el miedo, "dado que para la mayoría de los hombres, él representa el Guardián de los Umbrales y en un último análisis, es el mal fundamental del plano astral".

Podríamos preguntarnos: ¿por qué existe el miedo en el cuerpo astral, ¿cuál es su causa?

Responderé con las palabras de Alice Bailey: "El alma tiene las sensaciones (y también el cuerpo astral) de los animales y de los hombres, está subconscientemente conformada de factores semejantes a los siguientes:

1) La inmensidad del todo y del sentido de opresión que de ello proviene.

2) La presión proveniente de todas las otras vidas y existencias.

3) La inflexibilidad de la ley.

4) El sentido de encarcelamiento, de limitación, con la consecuente inadecuación.

En estos factores, que se originan en el mismo proceso de la manifestación, el cual persiste y aumenta de intensidad con el transcurso de los siglos y de las eras, es donde se encuentra la causa del miedo, tan difundido y de formas tan diferentes en la humanidad toda.

¿Qué significan las palabras el alma tiene las sensaciones de los animales y de los seres humanos y está subconscientemente aprisionada?

Significa que el cuerpo astral (alma tiene las sensaciones) está abierto a todas las influencias, dado que por su propia naturaleza es eminentemente receptivo y sensible. Está compuesto de sustancia astral, que es una sustancia fluida, móvil e impresionable. De esto se deduce que quien tenga cierto grado de desarrollo del cuerpo astral y esté en él polarizado, sin poder dominarlo y controlarlo, está sujeto al miedo, el cual es el resultado de la sensibilidad del cuerpo de las sensaciones.

A través del cuerpo astral, estamos en comunicación con el cosmos entero, con todos los otros cuerpos astrales y con el plano astral, donde existen las vibraciones de todos los sufrimientos, angustias, miedos y dolores de la humanidad entera, presente, pasada y futura.

Existe una especie de miasma, de niebla, que recubre todo el planeta y que está formada por las vibraciones astrales de toda la humanidad y poblada de las más terribles y angustiosas formas-pensamiento, creadas por el dolor y por las emociones penosas que se están desarrollando en el momento presente, y por los sufrimientos del pasado, que impresionaron de tal modo a la sustancia astral, que construyeron formas pensamiento persistentes y vitales; existen, además, vibraciones de odio, de miedo y de angustia, todavía no precipitadas en el plano físico para materializarse, pero que se ubican en el plano de las emociones, preparando acontecimientos futuros.

Esta es una verdad oculta, que todo espiritualista debería conocer: todo acontecimiento, antes de suceder en el plano físico, se plasma en los planos sutiles, donde puede decirse que toma la vitalidad de las energí-

as de ellos. El evento físico es apenas, el resultado último de su preparación en los planos más elevados.

Volviendo, pues, al tema de esta lección, diremos que la falta de dominio del cuerpo astral es la verdadera causa del miedo, pues él se origina, toma vida de ese cuerpo y constituye el más grave problema del hombre, su "Kurukshetra", o el campo de batalla, donde el deberá combatir. Es su lucha más importante y vital, antes de poder entrar en el verdadero camino espiritual.

Métodos para superar el miedo

Es obvio que el método principal para vencer el miedo es el dominio del cuerpo astral.

¿Y cómo se puede conseguir tal dominio?

El primer paso en esa dirección es el aquietamiento del cuerpo emocional, realizado con una oportuna percepción y con modos adecuados.

La relajación física es muy útil para este fin, pues calma la tensión nerviosa y, por lo tanto, sosiega la agitación emotiva. Esto no debe parecer extraño. El sistema nervioso simpático está estrechamente ligado al cuerpo astral, por medio del plexo solar, y todas las vibraciones emotivas tienen repercusión en él y en el cuerpo físico. De allí provienen los numerosos disturbios físicos que atormentan a las personas emotivas.

La relajación física es un remedio ya parcial, que puede ser realmente útil, si es empleado simultáneamente con otros recursos tales como el cultivo de virtudes orientadas a tranquilizar, a estabilizar la agitación de las ondas emotivas y a tornar al cuerpo astral menos pasivo, menos receptivo en la confrontación con vibraciones negativas. Tales virtudes son: la calma, la serenidad, la confianza.

Podríamos en este punto preguntarnos: Pero, ¿cómo se pueden adquirir tales virtudes?

Ciertamente, no será trabajo fácil ni rápido, pero será un trabajo posible. Uno de los auxilios más eficaces para la adquisición de estas cualidades tan necesarias, podemos buscarlo en el subconsciente.

Nosotros casi siempre, aunque admitamos su existencia, no utilizamos la maravillosa fuente de energías que es nuestro subconsciente, y que está siempre vivo, palpitante, dinámico, listo para ayudarnos. Sólo necesitamos saber el modo de utilizar el auxilio del subconsciente en la formación del carácter, en la cura de las enfermedades, etcétera.

El método preconizado por tales estudiosos es el llamado de "la sugestión", al que preferimos dar el nombre de "sugestiones al subconsciente", a fin de no provocar malos entendidos, dado que no se trata de auto-sugestionarse ni de evadirse, sino de poner realmente en movimiento el poder creativo de las energías inconscientes.

Este poder del subconsciente proviene de las características de su propia naturaleza que son: plasticidad, impresionabilidad y capacidad de realizar las influencias recibidas.

El subconsciente es semejante a un terreno fértil, que sólo espera recibir la semilla en su regazo para hacerla madurar y germinar, después de un cierto período de tiempo.

Retornando al método de la sugestión al subconsciente, trataremos de definir que es esto: "Sugestión al subconsciente es el procedimiento mediante el cual una idea se imprime en el subconsciente y por medio de él, se realiza".

Debemos por lo tanto, imprimir la idea de la cualidad que deseamos adquirir (y que en este caso es la calma, la serenidad, la confianza), en nuestro subconsciente y después, dejarle la tarea de hacer realidad nuestra meta.

Debemos escoger un momento del día, un momento de relajación y de tranquilidad (la noche, antes de dormir es el mejor) y sugerir al subconsciente la cualidad que deseamos conquistar. La palabra "sugerir" no fue escogida por casualidad, pues implica un cierto rasgo pacífico, y un sentido de respeto por la libertad del otro, pues el subconsciente no soporta imposiciones de voluntad y quiere ser dejado en libertad.

Si utilizamos la voluntad, obtendremos un resultado opuesto al deseado. Esto es por una extraña característica del subconsciente, para el cual los esfuerzos (de voluntad) se invierten espontáneamente en él, reforzando la idea dominante (C. Boudoin).

Es porque es preciso usar la dulzura y la calma para consignar en el subconsciente, una idea a ser realizada; después no se debe pensar más en ella, hasta la noche siguiente, cuando del mismo modo, volveremos a sugerir a nuestro subconsciente colaborar con la cualidad que deseamos adquirir.

Así habremos de percibir, después de un cierto período de tiempo, que está madurando en nosotros alguna cosa, impulsos nuevos, otras tendencias, que surgen y nos impelen para la realización de la cualidad que deseamos desenvolver, ofreciéndonos, también medios para expresarla. Y

no se trata aquí de un milagro, pero sí, de la manifestación de una ley psíquica, la cual nos ofrece la prueba de que en el hombre existen todas las posibilidades, siempre que el sepa encontrar el mejor método de desarrollarlas.

Además del método de las sugestiones al inconsciente con el fin de adquirir cualidades, superar defectos, etcétera, existe todavía un método eficaz para la utilización de la imaginación y de la afirmación.

En el caso del miedo, por ejemplo, debemos tratar de imaginar que estamos en las situaciones más propicias a suscitar en nosotros tales emociones, y tratar de **ver-nos a nosotros mismos,** calmos, serenos y valientes. Lo importante es esforzarse de todos los modos posibles para que tal imagen sea clara y nítida, en todas sus particularidades y actitudes. Después de haber conseguido una precisa visualización debemos pronunciar con seguridad en voz alta o con el pensamiento la decisión o una afirmación adaptada al caso, como por ejemplo la siguiente:

"Estoy calmo, sereno, confiado, lleno de coraje y de seguridad, con respecto a todas las circunstancias de la vida".

Es útil repetir la afirmación varias veces con gran convicción.

En este método, se emplea la fuerza de la imaginación, que es extraordinariamente eficaz y poderosa y, lo que es más importante, combatimos contra el miedo, con su propia arma. Efectivamente, nuestros pavores, temores y angustias se alimentan y se vitalizan con la propia imaginación. No es raro que se materialicen porque justamente, nosotros mismos los creamos, sin darnos cuenta, con formas pensamiento, que al final se hacen realidad.

La imaginación es una fuerza creativa y debemos tratar de utilizarla, para crear y construir cosas buenas y positivas, no dejándola libre e indomada, sujeta a las emociones negativas, las cuales en el caso que analizamos son el miedo, la ansiedad, la angustia y la duda.

Enfrentemos, entonces, la tarea de tratar de vencer poco a poco, a nuestros miedos, sin inseguridad ni desánimo y sí, con certeza firme de conseguirlo. Entonces aunque el camino no será fácil, los resultados no tardarán en aparecer, pues todo esfuerzo, por mínimo que sea, hecho por nosotros en la dirección del perfeccionamiento, con motivos puros y desinteresados, provocará una reacción cien veces mayor de parte de nuestra Alma, y auxilios abundantes y poderosos de las fuerzas espirituales.

12ª LECCION

Cualidad a Desarrollar: La Humildad

"Donde está la humildad, está la sabiduría".
- La Biblia

UNO DE LOS MÁS ENGAÑOSOS PELIGROS que el aspirante espiritual encuentra en su camino es el orgullo.

Como está escrito en el libro *La Luz en el Sendero*, el orgullo es semejante a la serpiente escondida a la sombra de las flores. Efectivamente, él es la trampa que se oculta bajo todas nuestras realizaciones, es un peligro del cual difícilmente se puede huir, al iniciar el desarrollo de la conciencia. En el momento en que comienza a desarrollarse el sentido del Yo, de su potencia, de su fuerza, cualquier cosa hace que la persona se sienta distinta de los otros, mejor que los otros y es difícil evitar aquel sentido de satisfacción que acompaña toda conquista y todo progreso.

Todos los libros espirituales exhortan al aspirante sincero a perfeccionarse, a autoformarse, a desarrollar sus cualidades latentes y a tornarse un servidor de la humanidad y un discípulo del Maestro. Y así debe ser efectivamente, porque hay un momento en la evolución en el que sentimos necesidad de progresar, de elevarnos, de crecer y de expresar las cualidades todavía latentes, que presionan por manifestarse. Todavía, es necesario estar muy atentos, al adelantar en el camino evolutivo, para que nuestro crecimiento sea alimentado y favorecido por la Luz del Alma por el llamado irresistible del Yo, que desea manifestarse y no por el sentido de autoafirmación, de superioridad y de orgullo, que proviene de la

personalidad y del deseo inconsciente de prevalecer, señal que identifica el Yo personal.

Este es el verdadero significado de la "Luz sobre el Camino":

"Crece como crecen las flores, inconscientemente, pero con ardor, ansioso de abrir al aire tu alma.

Así debes anhelar abrir tu alma al Eterno.

Pero debe ser el Eterno el que te de la fuerza y la belleza, no el deseo de crecer. Pues sólo en ese caso te desarrollarás con el vigor de la pureza y no en el otro. Endurécete a la pasión inevitable por la elevación".

Éste es el motivo por el cual una de las cualidades más necesarias al aspirante espiritual es la humildad.

La humildad es una cualidad que no siempre es considerada en su justo valor, ni reconocida en su verdadera importancia. Parece algo de lo que se puede prescindir. A veces, se la ve hasta ridícula, pues suscita extrañas reacciones en el ánimo de las personas que de ella oyen hablar.

Ser humilde significa, para muchas personas, ser servil, indigno, débil... pero esto es un error.

No hay mayor fuerza que la de la humildad, entendida en su verdadero significado. No hay mayor sabio que el hombre humilde.

Según Lacordaire: "Debes ser humilde. Pero la humildad no consiste en esconder el propio ingenio, las propias virtudes o en creer ser peor que los otros, pero sí en conocer claramente lo que nos falta y en no ser soberbios por lo que tenemos."

Para el aspirante espiritual que desea conocerse y autoformarse, es necesaria esta claridad de visión, esta objetividad, esta desapasionada consideración de aquello que le toca, la cual le permite encuadrarse en el gran esquema evolutivo, reconocer su justo lugar, y caminar con mirada límpida hacia su autoformación.

El lector habrá notado como es más fácil juzgar a otras personas, reconocer los defectos ajenos que los propios. Hecho extraño: cuando nos volvemos para nuestra persona, aparentemente una niebla nos ofusca nuestro mirar y no es raro que esta misma niebla esté compuesta de orgullo, de autosatisfacción y de autodefensa.

Sería, entonces, menos grave si nos enorgullesiésemos de una superioridad real. El hecho es que frecuentemente, nos enchimos de orgullo

por méritos que no poseemos, por superioridades imaginarias, por cualidades que, en realidad, no nos caracterizan. No falta quien se cree inteligente, bueno, altruista, y alardee de ello, mientras que, si viese la Luz de la verdad, descubriría que su verdadera naturaleza es bien diversa.

Como afirmé arriba, quien realmente posee cualidades y virtudes no se siente vanidoso de ellas, dado que le parece absolutamente natural poseerlas; sólo los que no las poseen se enorgullesen de manera ilusoria.

Esto está reconocido en el campo del psicoanálisis bajo el nombre de complejo de superioridad. Los débiles, de algún modo ineptos, se sienten íntimamente superiores a los otros, encontrando en este sentimiento de superioridad oculta, una compensación por sus deficiencias.

Más allá de eso, la ambición y el orgullo son señales de egocentrismo, egoísmo, indican que la persona le dió gran importancia a la personalidad.

Hay siempre peligro de caer en el exceso opuesto, del orgullo, el desprecio de sí. Es por eso que algunas personas rechazan esta cualidad, la interpretan en el sentido negativo. En realidad, antes de ser cultivada, debe ser, perfectamente comprendida

El desprecio de sí mismo envilece, es fuente de infelicidad, cercena la voluntad y frena el deseo de progreso, mientras que la verdadera humildad proporciona una profunda serenidad, una alegría interior, una calma en todas las circunstancias y una seguridad delante de cualquier acontecimiento y de cualquier persona. La verdadera humildad es una fuerza que despierta en el ánimo de quien la posee una fuente de luz y de sabiduría.

Los hombres genuinamente grandes siempre fueron simples y humildes.

Tenemos pues, que considerarnos en nuestras justas proporciones, con una mirada serena y objetiva.

Los orgullosos tienen miedo de mirarse de frente, abiertamente. Temen y se defienden de los propios defectos. El orgullo, tal vez, sea una defensa. Además, esto depende de haber sido formados según algunas ideas con respecto a aquello que es llamado pecado, error o defecto.

El mal, de por sí, no existe. El hombre está compuesto de energías, cualidades, tendencias que, todas ellas son buenas dado que vienen de Dios. Es apenas su uso errado lo que produce el así llamado mal. Efectivamente, en el alma del pecador más grande y del santo más puro exis-

ten los mismos elementos, aquéllos usados para el mal, y éstos para el bien. Es el secreto del proceso psicológico llamado "sublimación", el cual, una vez comprendido, y puesto en práctica, es el mayor auxilio para el aspirante espiritual en vías de elevación.

Es necesario, por lo tanto, no llamar pecados a nuestros errores y deficiencias, pues se trata apenas del empleo equivocado de las energías y cualidades. Esta actitud, para con los propios rasgos negativos libera más al hombre, a fin de que el pueda reconocer y mirar del frente a los defectos propios que pueden humillarlo y deshonrarlo, si fueran considerados pecados o errores vergonzosos. El orgulloso desprecia los errores y las flaquezas, al no querer reconocerlos, justamente, porque tiene dentro de sí, en su subconsciente, este sentido de vergüenza atávica por el así llamado pecado.

El humilde, por el contrario, reconoce con serenidad, y objetividad, sus lados negativos, habla de ellos y casi los ofrece a la vista del prójimo, pues no se avergüenza de ellos, por saber, en lo más profundo de su corazón, que tales lados negativos, nada más son errores debidos a la ignorancia y por tener la certeza de poderlos superar y transformar en bien.

Parecerá, tal vez, paradojal decir que el humilde tiene mucha más confianza de sí que el orgulloso, dado que el primero siente en sí la divinidad latente y tiene absoluta confianza de que un día, más tarde, o más temprano, ella se manifestará; el orgulloso, por el contrario, siente apenas su Yo personal y separatista y piensa ya haber llegado a la cima de todas sus posibilidades, al mismo tiempo que esconde en el corazón un profundo sentido de insatisfacción y de ambición engañosa, pues su poder es efímero, y su superioridad apenas ilusoria.

Quien posee humildad auténtica no espera honores, reconocimientos, alabanzas ni aplausos. Si trabaja, es por sentirse impelido a ello, por un impulso genuino, para la actividad. Si practica el bien, es realmente por amor a sus semejantes, si es artista, es por la fuerza de un don espontáneo e irresistible, mientras que el orgulloso, por el contrario, desea los aplausos, las honras, ansía la gloria y por consiguiente trabaja por las alabanzas y para ser reconocido, hace el bien para ser considerado bueno y altruista, toma actitudes de artista para ser famoso y sus esfuerzos son, por lo tanto, motivados por fines personales y no idealistas.

Ciertamente, no es fácil conseguir la verdadera humildad, tal vez, por no tenerse una idea bien clara, de lo que pueda ser.

La expresión "justo sentido de las proporciones" se aproxima mucho a su verdadero y profundo significado. Necesitamos alcanzar este "jus-

to sentido de la proporción", sin oscilar entre los dos extremos de desprecio y de exhaltación de nosotros mismos.

Algo que nos puede ayudar mucho para alcanzar tal finalidad es tratar de no olvidar jamás lo universal, el infinito; encuadramos siempre en un esquema más amplio y grandioso, que nos circunda y del cual somos apenas una parte infinitesimal.

Se dice que el presidente de los Estados Unidos, Theodore Roosevelt acostumbraba todas las noches, antes e acostarse, a salir a la terraza de su casa para contemplar el cielo estrellado, en compañía de un amigo. Pasaba algunos momentos observando las estrellas y conversando sobre la grandeza del universo, sobre la inmensidad del infinito y al reflexionar sobre la pequeñez del planeta Tierra, en contraste con los demás astros y planetas, sobre su mínima importancia en la Creación, concluían en que el hombre consecuentemente, era una parcela infinitesimal casi inexistente, en la grandiosidad del cosmos. Después de tales reflexiones, se retiraba el presidente para acostarse diciendo al amigo: "Muy bien, ahora que nos sentimos bien pequeños, podemos ir a la cama". El humorismo sutil de esta anécdota es rico en sabiduría.

Nos olvidamos, con mucha frecuencia de insertarnos en el grandioso marco del Universo, de ubicarnos en el lugar apropiado de acuerdo con nuestras adecuadas proporciones en el Plan divino, en el cual no somos más que una entidad mínima. Anularíamos nuestro orgullo si pensásemos en todos los grandes seres, que están por encima de nosotros delante de los cuáles somos apenas Almas infantiles.

Lamentablemente, en el Camino del progreso espiritual, sobreviene casi siempre un período en el cual despierta este sentido de orgullosa auto-satisfacción.

Frecuentemente, tal período, sigue a una verdadera realización o a una real ampliación de la conciencia. A veces, un fugaz contacto con el Ego produce tal flujo de energía, de fuerza, de conciencia de poder, que el individuo se engaña y cree haber alcanzado un alto grado evolutivo, cuando todavía está sumido en su Yo inferior, situación que es llamada inflación del yo, por el Dr. Assagioli.

Hay un verdadero flujo de energías espirituales, pero la personalidad todavía no fue superada y por este motivo es que se produce esa expansión del yo inferior; ese orgullo es una reacción natural y hasta obvia del yo personal.

Si reflexionamos un poco sobre el origen del orgullo, veremos que él proviene sobretodo, del sentimiento de separatividad del yo personal,

por lo tanto, a no ser que superemos esa barrera, no conquistaremos la humildad. Tal conquista sólo puede realizarse con la ayuda del amor.

Cuando comenzamos a sentir amor por los otros, —aquel amor no emocional, pero si anímico, conformado por la fraternidad, por la comprensión y por la unidad con todos— en ese momento superaremos el orgullo y la ambición. Espontáneamente, reconoceremos los méritos y las cualidades de los otros, y con un sentimiento de alegría sabremos admirar la superioridad ajena sin sentirnos disminuidos y aprenderemos a no despreciar al inferior pero, por el contrario, desear darle auxilio... Sólo en ese momento nos sentiremos unidos a todos y ofreceremos nuestros eventuales méritos como un don espontáneo, como una irradiación benéfica, permaneciendo en la sombra y no solicitando reconocimiento alguno.

Maurice Maeterlinck, en su libro *El tesoro degli umili,* escribió que, para adquirir humildad, debemos aprender a distinguir la esencia de la apariencia, o mejor dicho, aprender o discernir lo real de lo irreal, lo divino que está detrás de las formas. De la humildad, entendida bajo este aspecto, él fundamenta la intuición. Y la intuición, a su vez, ¿no será la base del Amor Anímico? ¿Cómo podremos sentir la divinidad oculta en los otros, a no ser por la intuición?

En la introducción a este libro, ya citado de Maeterlinck (escrita por Arnaldo Ceversato), puede leerse: "Somos intuitivos en la medida de nuestra humildad y en la fe al dios profundo". Y todavía: "Para verse realmente a sí mismo y al mundo, a la realidad divina y a la apariencia múltiple, a discernir una de otra, es menester que el hombre tenga la humildad suficiente y necesaria para reconocer en sí, una parte de Dios, en exacta relación de dependencia y homogeneidad con El".

Para ser humilde, por lo tanto, debemos sentirnos parte de Dios y parte de la humanidad entera.

Si alguna humildad tenemos, aquella no nos llegó, sino de Dios, y necesitamos, no olvidarnos jamás de las palabras con que Cristo respondía humildemente a los que lo seguían: "No soy yo el que obra, mas es el Padre en mí".

A la Luz del Alma, la divinidad oculta en nosotros no se puede manifestar si cultivamos el orgullo de la personalidad, que oculta la claridad de visión y nos torna semejantes a Narciso, que al mirarse en un lago vió su propia belleza y de ella se enamoró, cayó al agua y pereció miserablemente. El amor por la personalidad, la autocomplacencia, el sentimiento de superioridad, nos hacen permanecer sumergidos en las aguas

del mundo inferior y nos impide liberarnos del Yo personal, del lodo de la materia.

Tenemos, pues, que elevarnos, permaneciendo humildes. Intentemos mejorarnos, manteniéndonos pequeños; tratemos de ascender sin perder el sentido de las proporciones y sobretodo, procuremos amar con profundo sentido de fraternidad y de igualdad, sintiendo que somos todos una pequeña centella de luz que se dirige hacia una Luz más amplia, que es el sol del espíritu.

13ª LECCION

Cualidad a Desarrollar: La Comprensión

"No aceptar todo, más todo comprender, no aprobar todo, más todo perdonar, no adherir a todo, más buscar en todo aquella parte de la verdad que está encerrada."
- Elisabeth Lesseur

CONDÉNASE AQUELLO QUE NO SE COMPRENDE. Esto es verdad, pues el hombre, por una extraña inclinación de su naturaleza, generalmente desprecia y rechaza aquello que no puede comprender; juzga y condena, ásperamente lo que huye de su entendimiento.

De esa incomprensión nace un sin fin de males, infinitos sufrimientos, luchas, antagonismos y preconceptos, que dividen cada vez más y separan a los individuos.

¿Porqué existe tal incomprensión? ¿Cómo evitarla o superarla? ¿Cómo llegar a la comprensión?

Esta pregunta y un sinnúmero de otras se presentan a la mente y crean en nosotros la necesidad de encontrar una respuesta adecuada.

La incomprensión existe entre los hombres por varias causas: la primera de ellas es el ilusorio sentido de separación, ínsito en la mente humana, "la gran herejía", como es llamada en el libro *La voz del silencio*, que nutre la auto-afirmación, el orgullo, la presunción y la crítica destructiva.

Cada uno se encierra en la cápsula de su "yo" y se siente un ser distinto, separado, dividido de los demás.

Este encierro para muchas personas, es un sufrimiento, pues crea la imposibilidad de comunicarse con los otros, provocando un profundo sentido de aislamiento que, a veces, es uno de los más difíciles desafíos, a superar.

La otra causa de incomprensión está constituída por al existencia de las innumerables diferencias que existen en el mundo: diferencias de raza, de nación, de temperamento, de tipo y de grado evolutivo.

Más hay una unidad fundamental subyacente a todas las cosas, existe una misma esencia en el origen de todas las diversidades, pero en su manifestación se crea la multiplicidad, que es necesaria para la evolución y para el progreso del hombre y de todas las cosas grandes.

Esta múltiplicidad, también es efímera e ilusoria, como el sentido de separatividad, pues en realidad, es apenas un medio evolutivo de esencia espiritual en manifestación. El hombre aún, no percibe la unidad subyacente, contempla esta diversidad y se siente herido por ella, sin saber su finalidad ni entendiéndola.

Uno de los medios básicos para alcanzar la comprensión es justamente, el estudio de estas diversidades, el análisis atento y paciente de los orígenes y de la finalidad de la multiplicidad de las formas manifiestas.

Todavía, antes de examinar más pormenorizadamente los medios para alcanzar la comprensión, trataremos de entender bien cuál es su verdadera naturaleza. La pregunta es: La comprensión, ¿es una cualidad mental o una cualidad del corazón?

La respuesta es: la verdadera comprensión es una fusión de mente y de corazón. No basta **comprender** mentalmente, como no basta apenas sentir emocionalmente.

Para poder verdaderamente comprender y auxiliar a los otros es preciso que la mente y el corazón colaboren. La mente sirve para entender, conocer analizar, de modo intelectual, y el corazón sirve para simpatizar, sentir en sintonía, identificarse con otra persona.

Cuando la comprensión es exclusivamente mental, ella es fría y árida y tiene, además límites y obstáculos, dado que no podemos superar las barreras que separan a un individuo de otro, apenas con la luz de la razón ni comunicarnos realmente con él, sintiendo en nosotros lo que él está sintiendo, en sólo con el corazón, por lo tanto, podemos sentir simpatía y comprensión, más sin comprender, en verdad, el porqué del estado de ánimo y del modo de comportarse de la otra persona. Podemos sufrir

o alegramos con la otra persona, más no podemos ayudar a comprender las causas de la diversidad y la singularidad de su actitud.

La verdadera comprensión, por lo tanto nace de la fusión de la capacidad de comprender de la mente, y de la capacidad de simpatía del corazón.

Cada uno de nosotros, según su temperamento, alcanza la comprensión, a partir de la mente o a partir del corazón. Existen personas que se interesan por los otros intelectualmente, casi por curiosidad mental; se esfuerzan por medio de la razón y de la inteligencia, a comprender a otras personas.

Y existen otras personas que, espontáneamente, y de modo emotivo simpatizan con otras, sin los obstáculos de la crítica y de la predisposición a juzgarlas, exactamente por ser polarizadas en el plano emocional y no tener un fuerte sentido de separatividad, el cual nace de la polaridad mental.

Las primeras deberían acrecentar a su análisis mental, la simpatía y el amor, de otro modo, su manera de comprender será, no sólo, limitada y árida, sino también ilusoria y teórica y, muchas veces, en vez de ser comprensión, será crítica, juicio y condena.

La verdadera comprensión significa "tomar en si" (**cum-prehendere**) y por consiguiente significa identificarse con la otra persona.

Los segundos, aunque se encuentran en cierto sentido, en posición ventajosa, deben aprender a usar más la mente y también, poco a poco, ejercitar el hábito de **darse cuenta,** mentalmente, de aquello que sienten, a transformar sus sensaciones en conceptos, raciocinios; deben pasar del estado de sensibilidad inerte y pasiva a un estado de identificación positiva, dinámica y activa. Necesitan transformar la emotividad en amor operante e iluminado por la razón.

En honor a la verdad, los tipos polarizados mentalmente encuentran mayores trabas a la comprensión, dado que, como afirmamos otras veces, es la polaridad mental la que al principio aumenta el sentido de la separatividad, suscitando un inconsciente sentido de superioridad en relación a los demás.

Nuestro sentido del yo, nos da una exagerada complacencia en relación con nuestra propia persona, con nuestro modo de ser y de comportarnos.

Cuando decimos: "Tengo este temperamento, soy así", nosotros lo hacemos casi, con un sentimiento de satisfacción orgullosa y tenemos un

sentido de desprecio inconfesado por los que son diferentes de nosotros, como si los seres diferentes fuesen inferiores o menos importantes.

¿Y porqué sucede esto? ¿Es que cuanto más caracterizamos nuestra individualidad, nuestro "yo", tanto más nos sentimos especiales, únicos y por lo tanto superiores?

Es una razón por la cual el medio fundamental para superar la incomprensión y el estudio de las diferencias que existen entre varios temperamentos psicológicos y el conocimiento del mecanismo evolutivo.

Entre tantas diferencias que causan incomprensión, veamos algunos ejemplos:

a) Diferencia de sexo.

b) Diferencia de temperamento.

c) Diferencia de grado evolutivo.

Entre el hombre y la mujer existe frecuentemente, la mayor de las incomprensiones, pues la diferencia que se manifiesta entre los dos sexos no sólo no es considerada en su justo valor, sino también son interpretada de manera errónea.

Si por el contrario, todos conociesen el significado cósmico de la división entre los dos seres; y si supiesen que todas las cualidades y características, sea del hombre, sea de la mujer representan la expresión de dos energías diversas, que son ambas necesarias a la evolución humana; que son el hombre y la mujer incompletos tomados separadamente y que, por lo tanto, deben tender a la colaboración y a la integración.

En lo que toca a la diferencia de los temperamentos es indispensable estudiar la psicología de los tipos. Desde la antigüedad, se reconocen tipos psicológicos diversos.

Hipócrates reconocía cuatro tipos:

1) tipo sanguíneo,

2) tipo bilioso,

3) tipo flemático,

4) tipo melancólico.

En la época moderna fue Jung quien más estudió el problema de los tipos y distinguió dos grandes categorías:

1) introvertidos,

2) extrovertidos.

Otros psicólogos modernos distinguieron cuatro tipos:

1) concreto-activo,

2) emotivo,

3) mental,

4) intuitivo.

Según la psicología espiritual, tenemos siete temperamentos que derivan de las siete grandes energías cósmicas, llamadas los Siete Rayos.

Es obvio, por lo tanto, que desde el punto de vista psicológico no existe igualdad entre los hombres, más por el contrario, una gran diversidad, dado que el hombre, antes de alcanzar la plena expresión de todas sus cualidades psíquicas y de estar completo, manifiesta parcialmente ora uno ora otro aspecto, en las series de vidas.

Debemos estudiar y conocer las distintas tipologías, si queremos alcanzar la comprensión. Sólo así, la diversidad de comportamientos y de caracteres serán interpretados por nosotros bajo una luz más justa, y dejará de suscitar en nosotros sentimientos de desprecio o de antagonismo y, por el contrario, despertará interés y simpatía.

Existe, pues, un tercer tipo de diversidad, debida al grado evolutivo. Es necesario tener siempre presente que, todo individuo es un ser en evolución y que sus características, sus cualidades, son la expresión de su grado de desarrollo.

Es necesario, todavía, estar atentos al emitir juicio, y jamás arrogarnos el derecho de pronunciar sentencia identificando a éste o aquél, como más o menos avanzado en la escala evolutiva. Es bastante difícil, casi imposible, comprender el verdadero nivel de una persona, dado que aquello que percibimos es apenas una parte de su ser y casi siempre la más superficial. Nosotros no vemos el individuo en su totalidad, no vemos su inconsciente y su superconsciente, sus posibilidades latentes y sus cualidades más elevadas. A veces, vemos apenas el lado peor, especialmente, si el individuo está atravesando un período de crisis o de prueba.

El hecho de que existan varios niveles evolutivos no debe, por lo tanto, servir para nutrir nuestro orgullo y nuestro sentido de superioridad, debe, esto si, servir para comprender que el hombre es un ser en muta-

ción continua, en crecimiento incesante y que no puede ser comprendido, sino cuando se consigue percibir aquello que está subyacente a su comportamiento, vale decir la verdadera causa y la verdadera finalidad de su modo de manifestarse.

El estudio de los caracteres y de los tipos psicológicos es, como dijimos, uno de los medios básicos para llegar a la comprensión y para efectuarlo fueron utilizados la mente y la inteligencia.

Existe, por lo tanto, otro medio, también indispensable para desarrollar la verdadera comprensión: se trata en primer lugar, del olvido de sí, que conduce a un vivo interés por los otros. En segundo lugar, está el amor altruista.

Quien está centrado en sí mismo, continuamente, está consciente de su propio, yo, de las propias reacciones, de los propios sentimientos, de las propias necesidades, no puede comprender a los otros. No puede olvidarse de sí, no sabe como superar el egocentrismo, que impide que nuestras energías psíquicas se irradien, se replieguen continuamente sobre sí mismas, de modo de impedir "entrar en el corazón de nuestro hermano, identificándonos con él". Además de eso, es exactamente esta incapacidad de salir de nosotros mismos la que nos lleva a proyectar nuestros sentimientos, características, modos de ver, y esto sucede con mucho mayor frecuencia de lo que pensamos y por esto se torna tan difícil la comprensión.

Necesitamos, por consiguiente, tratar de olvidarnos de nosotros mismos, cuando deseamos comprender a otra persona; ir al encuentro de ella, dejando de lado, todo lo que se refiere a nuestro pequeño yo y sólo entonces, conseguiremos percibir cuál es la verdadera naturaleza de la otra persona y ver cómo ella realmente es.

Este segundo medio presupone el uso del corazón.

Podemos decir, todavía, que tanto el primer medio como el segundo son indispensables y que deber ser utilizados simultáneamente.

Esto nos conduce a la misma conclusión, a la cual ya habíamos llegado. Y así nace la verdadera comprensión de la fusión de la mente y del corazón.

Es cierto, que no es posible llegar a la comprensión plena y afectuosa con facilidad ni con rapidez y, como sucede con todas las cualidades que queremos adquirir, también, esta se desarrolla poco a poco y gradualmente.

La comprensión

De la incomprensión total, pasaremos así al deseo de comprender, y este nos conducirá, por medio de tentativas, repeticiones, esfuerzos y tal vez, de errores, a una comprensión parcial.

Comprenderemos en primer lugar, apenas algunos pocos aspectos, sólo ciertos rasgos de las personas, y así mismo no los más profundos. Con estos pocos, si es sincera y fuerte la aspiración de comprender conseguiremos ampliar y profundizar nuestra perspectiva y nuestra sensibilidad, y así, nuestra comprensión, se tornará más clara y más verdadera.

Aquello que cuenta es, como en todo, la seriedad de la aspiración y la pureza de motivos.

Desear comprender a los otros conlleva también, la buena voluntad de amarlos y de alcanzar aquella armonía y aquel sentido de unidad que conforma la verdadera base de la genuina fraternidad.

No debemos perder el coraje, si al principio, percibimos que frecuentemente nos engañamos, y que en las tentativas de comprender llegamos a conclusiones erróneas. Continuemos estando abiertos, radiantes y amorosos, no separados, no egocéntricos ni aislados. "La energía sigue al pensamiento", dice una sentencia oculta. Esto significa que, siempre que uno de nosotros piensa, reflexiona o aspira algo, abre realmente un canal, a través del cual, comienza a fluir una energía correspondiente a la cosa pensada.

Al desear comprender, abrimos un canal a la energía amorosa, proveniente del amor del Alma, que poco a poco hará que en nosotros, se desarrolle la cualidad que deseamos, y nos dará el poder de identificación espiritual con los otros. Esto es la verdadera y perfecta comprensión.

La comprensión es de gran utilidad para ayudar y servir al prójimo.

La verdadera comprensión es creativa y evocadora, dado que al sentirse alguien comprendido, se abre y por así decirlo, **emerge a la superficie,** manifestando, no los lados negativos de su naturaleza, sino sus potencialidades más elevadas, subyacentes en la profundidad de su psiquismo, las cuales constituyen la prueba de su verdadera esencia espiritual.

Tratemos entonces, de comprender, de superar las barreras de la incomprensión y de la separatividad para, en completo olvido de sí, tratar de transformarnos en un canal de amor activo, inteligente e iluminado.

14ª LECCION

El Desarrollo Interior

A MEDIDA QUE EL ASPIRANTE ESPIRITUAL SE PREOCUPA y se esfuerza en su trabajo de purificación y de autoformación de la personalidad, percibe que, de modo lento y casi inadvertido, una profunda modificación interna está operándose en él.

Es como si él, al liberar a los pocos vehículos personales de las impurezas y de la negatividad, abriese un camino para las energías más sutiles y elevadas, y para estados de conciencia nuevos y de orden superior.

Ésa es la señal de que el trabajo de autoformación está produciendo efectos y de que las vibraciones de la personalidad se están se están elevando y de que la conciencia interior, se está despertando.

El aspirante espiritual se torna consciente de la importancia de la vida interior; percibe que el mundo objetivo lo atrae cada vez menos, que la vida de la personalidad pierde importancia y que hay en su lugar algo que lo impele irresistiblemente a volverse hacia su interior, como si tuviese dentro de sí, un poderoso imán, el cual lo atrae hacia las profundidades de la propia conciencia.

Todavía, sin embargo, al prepararse para un trabajo de interiorización efectivo y real, tiene que enfrentarse con una serie de dificultades.

En general, el aspirante espiritual que vive en Occidente es un extrovertido y, por lo tanto, tiende espontáneamente a volcar hacia el exterior todos sus intereses, energías y actividades y así permanece poco desarrollado interiormente.

No hay en él equilibrio entre la vida exterior y la vida interior. Por eso, cuando se vuelca para el interior es semejante a un recién nacido en un

mundo desconocido, que debe acostumbrarse al nuevo ambiente, el cual tiene una dimensión distinta de aquella de la que estaba habituado.

Es como si hubiese permanecido un largo rato frente a la ventana, con su cara al sol y después se volviera hacia adentro, para ver la habitación a la cual, hasta ese momento, le daba la espalda. En el primer momento, sus ojos deslumbrados no consiguen ver nada, y todo les parece obscuro y vago. Después, poco a poco, se habitúa a la penumbra y sus ojos comienzan a distinguir los objetos en el interior de ella.

Lo mismo sucede a quien permaneció mucho tiempo con el rostro dirigido al mundo objetivo, dando las espaldas al mundo interior. Al volver su atención al mundo interior, no consigue, al principio, comprender cosa alguna. No percibe nada, el mundo subjetivo le parece vacío y carente de significado. Necesita familiarizarse de a poco con la nueva dimensión y habituarse al nuevo ambiente. El mundo interior es mucho más complejo, más rico y vivo que el exterior.

Efectivamente, todo lo que ocurre en el exterior, no pasa del resultado de un trabajo interno, de impulsos subjetivos (que pueden inclusive ser inconscientes). El propio hombre, como cuerpo físico, es apenas una forma por detrás de la cual, existe una energía, una realidad profunda.

El extrovertido no tiene conciencia de esto y, en general, es pasivo en lo que tiene que ver con el mundo interno. Es como un autómata, movido por impulsos, cuya naturaleza y origen ignora. Cree ser el autor de sus propias acciones y no es más que un instrumento de fuerzas invisibles.

Por lo tanto, al dirigirse hacia el mundo interno, toma conciencia de que las causas de sus acciones en el mundo objetivo, subyacen en su mundo subjetivo, percibe sentimientos e impulsos que determinan su comportamiento y energías internas que vibran dentro de su ser.

Comprende que el mundo interior tiene varios niveles: Los psicológicos que están constituídos del conjunto de energías y de aspectos psíquicos de la personalidad (instintivos, emotivos y mentales); niveles espirituales, donde vive y vibra el alma, o nuestro Yo real.

Toma conciencia del largo tiempo que lleva el trabajo de interiorización, de su complejidad, y de la necesidad de la práctica seria y constante del recogimiento, de la reflexión y de la búsqueda interior.

De este modo, comienza a dedicar más tiempo a los momentos de silencio, de reflexión y de abstracción del mundo, a fin de tratar de alcanzar el dominio de sus energías interiores y encontrar, entre los múltiples

y fluctuantes aspectos del psiquismo, la beta de oro que lo conducirá a los niveles más profundos, donde vibra su verdadero Yo.

Deben, efectivamente, ser atravesados todos los niveles del mundo, para alcanzar el Yo, el Alma. El mundo interno es el puente que nos liga al nivel espiritual, pues el Yo real no vive en la superficie, está escondido en las profundidades de nuestro ser, bajo las modificaciones del psiquismo, en el centro de la conciencia.

El Alma, en realidad, es como si fuese el superconsciente, en lo que concierne al hombre identificado con la personalidad y totalmente volcado al mundo objetivo.

Existe una especie de escisión profunda entre la conciencia del Yo personal y la conciencia profunda de nuestro verdadero Yo, que es el Alma.

Esta escisión puede ser gradual y lentamente superada, por medio de un largo trabajo de interiorización, basado en la conciencia del mundo objetivo-subjetivo y en la de los distintos grados que conducen al Supraconsciente.

En realidad, la construcción de un puente que va hasta el Alma debe ser hecha por el propio aspirante, por medio del ejercicio contínuo, del esfuerzo y de la voluntad.

Durante un período bastante largo, el aspirante trabajará en el camino evolutivo "de abajo para arriba", del "exterior hacia el interior", esto es, trabaja identificado con la personalidad y busca subir, interiorizarse, en dirección al Alma, la cual permanece aparentemente silenciosa, lejana e ignorante de todos sus esfuerzos. No recibirá respuesta a sus llamados, no recibirá auxilio en su trabajo, no oyerá el eco de su propia voz.

Esto no es verdad. Hay siempre una respuesta, pero el aspirante no tiene todavía condiciones para reconocerla e interpretarla.

"La aspiración produce inspiración", como está escrito por Alice Bailey, lo que significa que el llamado de la personalidad produce un flujo de energías anímicas, abre un canal para que bajen fuerzas espirituales.

El aspirante espiritual, todavía, puede permanecer inconsciente de este flujo, no sabe reconocer en su fervor renovado, en su serenidad aumentada, en su mayor desapego, las semillas inconfundibles de la respuesta del Alma.

En realidad, apenas el hombre comienza a interiorizarse, la búsqueda de su Yo profundo, se inicia automáticamente en una relación de ac-

ción- reacción recíproca, entre la personalidad y el Alma, de esto, sin embargo, ella nada sabe.

Siente que aumenta su interés y, al mismo tiempo, su necesidad de interiorizarse, de recogerse. No comprende que éste es un efecto del influjo del Alma, la cual, a cada uno de sus esfuerzos de elevación, reacciona con una silenciosa, más por eso no menos eficaz respuesta.

Así, inconscientemente, se va preparando un acontecimiento de importancia primordial: el contacto consciente con el Alma.

Este contacto sobreviene aparentemente de improviso, por ser el efecto de elevación de las vibraciones de uno de los vehículos personales, que pueden así ponerse en sintonía con las vibraciones del Alma.

Efectivamente, este primer contacto, puede sobrevenir por medio de cualquiera de los vehículos de la personalidad (el etérico, el emotivo, el mental) y produce una total revolución interior y una nueva orientación en todo el ser.

Los que pasaron por esta experiencia son llamados "los despiertos", exactamente, por haber tenido la impresión de "despertar" repentinamente para al verdadera vida, para la realidad de haber estado hasta entonces inmersos en un sueño, en un mundo obscuro e irreal.

El aspirante tendrá, pues conciencia de la meta y sabrá que dentro de él existen poderosas fuentes de luz y de energía y aunque no las puede alcanzar voluntariamente, tienen la prueba de su existencia y está seguro de que todos sus esfuerzos conducirán un día a la identificación completa de ellas, que son su verdadero Yo.

La personalidad, en realidad, no cambió. Mudó de estado de conciencia, dado que el aspirante, aunque haya tenido la revelación de su realidad, habiéndose identificado, todavía, por un sólo instante con la conciencia sublime y amplia del Alma, no podrá jamás volver a ser como era.

Su conciencia recibió una impresión indeleble, que nunca más será olvidada.

Por otro lado, ella adquirió el conocimiento, más lúcido que nunca de los obstáculos y de las dificultades que deberá atravesar, así como de lo mucho que deberá superar para alcanzar un contacto estable con el Alma, pues la luz que afluyó a su conciencia durante un momento inaccesible, mostróle cómo son, en realidad, todas sus imperfecciones, puntos negativos y apegos, pero le mostró también todas sus posibilidades y sus cualidades.

Se inicia de este modo, un nuevo período, en el cual él continuará su trabajo de autoformación, y purificación, sin cambios notables exteriores, pero en realidad, seguirá profundamente transformado interiormente.

Es ahora el momento en que pasará por el "camino de prueba", pues en realidad, está en medio de la prueba, durante este período, de su Maestro Interior, el Alma. Recuerda la luz que en él se encendió y desea experimentar su fuerza, su sinceridad, su capacidad futura de servir al Plan Divino.

El camino de prueba está lleno de experiencias, de crisis y de conflictos interiores, dadas las necesarias trasmutaciones, las inevitables superaciones y los desapegos que el aspirante debe afrontar. El punto crítico del aspirante, en este período, está en la naturaleza emotiva que debe ser trascendida y sublimada, lo que implica mucho sufrimiento y renuncia.

El debe, además, pasar de la polaridad emotiva a la mental, si desea que el fugaz contacto con el Alma, que antes experimentó sea retomado y se estabilice de modo duradero y si, realmente desea construir un puente que lo lleve a la conciencia del Yo espiritual.

Para pasar a la polaridad mental, debe desarrollar la mente, tornarla clara y límpida, además de habituarse a utilizarla en relación a los vehículos inferiores como factor de dirección y, en relación al Alma, como órgano de receptividad de las ideas superiores.

Con la polaridad mental, alcanza también el dominio sobre la personalidad y favorece su integración, que viene a ser un importante paso en éste camino.

Su búsqueda de interiorización, por lo tanto no es más, sólo una aspiración al recogimiento, al silencio, a la abstracción del mundo externo; se torna un trabajo consciente, ordenado y organizado, una práctica consciente, que es una verdadera técnica interior.

Esta técnica es la meditación.

No podemos aquí detenernos en la descripción de las distintas fases, y métodos de la meditación, lo que exigiría todo un tratado. Diremos apenas, que se trata de una verdadera y adecuada técnica espiritual, pues cuando se inicia el trabajo de meditación, son puestas en movimiento energías, y se vive y se actúa en el mundo interior, donde se producen modificaciones, sublimación y donde, por encima de todo, se produce la transferencia gradual y consciente, del Yo personal hacia el Yo espiritual.

14ta. Lección

La meditación es indispensable para aquél que desea seria y sinceramente dedicarse a la vida espiritual, a la realización de su esencia real y profunda: el Alma.

El aspirante espiritual, por lo tanto, en esta fase terminal del camino que está recorriendo comienza a meditar, a desarrollar la mente, a evolucionar y a madurar interiormente y preparase, aunque sin saberlo para la fase ulterior y más alta del camino evolutivo: la del discipulado. En otras palabras, se prepara para colaborar con uno de los Instructores, en planos sutiles, para realizar el trabajo de servir a la humanidad.

APENDICE

Los Temperamentos Según los Siete Rayos

LOS SIETE RAYOS SON CONSIDERADOS SIETE ENERGÍAS que parten directamente de la Divinidad e influencian a todos los planos de manifestación. En el plano físico, crean siete tipos psicológicos diferentes, cada uno de ellos caracterizado por una cualidad que le es propia.

Los siete rayos expresan, por lo tanto, siete cualidades derivadas de la triplicidad fundamental: voluntad, amor e inteligencia creadora (Padre, Hijo y Espíritu Santo); en su conjunto, estas cualidades llevan a la armonía y a la completud psicológica del hombre.

Los siete rayos son:	**Y corresponden a:**
Primero	Voluntad-Poder
Segundo	Amor-Sabiduría
Tercer	Inteligencia activa
Cuarto	Armonía a través del conflicto
Quinto	Ciencia
Sexto	Devoción
Séptimo	Concresión en la realidad

PRIMER RAYO: VOLUNTAD-PODER

El rasgo fundamental de este rayo es la voluntad. Ésta hace del individuo perteneciente a este rayo alguien capaz de autogobernarse, saber lo que quiere y cómo obtenerlo.

Para la doctrina esotérica, la voluntad es el aspecto Padre de la Divinidad, el elemento trascendente en todos los niveles y en todos los seres. Mientras que el pensamiento es la actividad creadora, la voluntad es su fuerza motriz.

Cuando la voluntad está presente, una de las alternativas debe inevitablemente ser eliminada, una renuncia debe ser hecha, con la finalidad de alcanzar la meta propuesta. Las vidas de hombres de voluntad están llenas de renuncias, de superaciones, de eliminaciones y de elecciones no siempre fáciles. En ellas, la voluntad se afirma sobre los obstáculos y es, justamente, liberación de fuerza interior en relación con fuerza exterior.

El individuo de primer rayo es, en general, un jefe nato, un solitario que no suscita simpatías ni afecto, sino respeto y admiración. Es aquél que dirige y ordena. Puede ser un dictador, quien considera a los otros meros instrumentos de su ambición, hasta un legislador sabio y justo, capaz de dirigir, formular planes y de dejar a sus dependientes una cierta autonomía e iniciativa para la ejecución de sus órdenes.

Sus defectos principales: la crueldad, entendida no como placer de causar mal a otros sino, como insensibilidad a cualquier otra cosa que no sea su meta. Desprecia las manifestaciones emocionales, la dulzura, la piedad; las considera demostraciones de flaqueza.

La destructividad es otra característica negativa y la que peores consecuencias trae, como violencia, brutalidad, homicidio, guerra, conflictos de todo tipo entre pueblos e individuos. Esta fuerza puede llegar a ser positiva cuando, por ejemplo, el primer rayo la utiliza para destruir sus propios defectos, para romper cristalizaciones mentales, preconceptos y todas aquellas barreras que frenan el progreso de la persona.

La voluntad produce en los temperamentos que la expresan una serie de otras virtudes como fuerza, firmeza, decisión, coraje, perseverancia, sinceridad, capacidad de dirigir y de gobernar, de legislar, de hacer planes; visión amplia y sentido de justicia, independencia y autogobierno.

Cuanto más evolucionado está el individuo perteneciente a este rayo, más conciencia toma de que la voluntad es una fuerza indispensable para el hombre, sin la cual sería una criatura incpaz de progresar, y que puede ser un instrumento maravilloso de bien y de evolución. Necesita ser,

por lo tanto, aumentada y desarrollada hacia fines nobles y altruístas. No debe tender a esclavizar a los demás, sino a liberarlos, no a afirmarse sino a afirmar a otros, no a oprimir sino a despertar en los otros la capacidad de mantenerse de pie por sí mismos. En suma, tornarse voluntad impregnada de sabiduría y de amor, mezcla de comprensión y justicia. Sólo entonces esta fuerza revela su origen y refleja la voluntad espiritual.

SEGUNDO RAYO: AMOR-SABIDURIA

Aunque parezcan muy difíciles de unir el amor y la sabiduría, juntos confieren suma importancia a este rayo.

Con respecto al amor, esta palabra ha sido utilizada para indicar sentimientos, impulsos, actitudes que nada tienen que ver con el amor. Para comprender qué es en esencia, necesitamos remontarnos a su origen cósmico. El amor es, en realidad, una tendencia innata de toda forma, en toda criatura, de unión, de completud e integración. Es la manifestación de la ley de Atracción que vibra en todo el Cosmos, en todos los niveles, desde los más bajos a los más altos. Es la fuerza cohesiva que mantiene unido a los átomos, el instinto gregario que estimula a reunirse a los animales. En el hombre es ese anhelo constante de completarse, de unirse con alguien que le sea diferente y que toma el nombre de amor. Tiene muchas formas de manifestarse: depende del grado evolutivo del individuo; va desde su sentido de unidad humana con otros hasta un sentido de unidad espiritual con todos y el Todo.

En cuanto a la sabiduría, ésta está unida al amor para mostrar que el verdadero amor nunca es agitado ni pasional. Se trata de un sentimiento sereno y calmo, una tendencia natural, una necesidad de unión innata que no ocasiona turbulencias emocionales ni ofusca la mente. Por el contrario, brinda sensibilidad, intuición, comprensión y tacto. Es la inteligencia del corazón que, después en el nivel espiritual, se torna intuición y capacidad de identificación.

La sabiduría está unida al amor para indicar su cualidad de amor maduro, comprensivo y abarcativo. Nace cuando la mente no pone obstáculos, mejor dicho, colabora con él y coloca su luz al servicio de su sensibilidad, de su capacidad de ayudar, de aconsejar, de comprender y de tornarse una fuerza del bien, real e inteligente.

Las cualidades del individuo del segundo rayo, cuando éste es muy evolucionado, pueden pasar inadvertidas, ya que vibran en su profundidad. Es uno de esos indivuduos que irradian calma y serenidad, e inspiran confianza. Las personas se abren ante ellos, muestran lo mejor de sí.

Puede llegar a ser un educador perfecto, porque todo ve la mejor parte, hasta en lo más negativo.

Una de sus cualidades más positivas es su constructividad. Tiene la seguridad interior de que todo trabaja para un buen fin, la fe intuitiva de que el mal es temporario, de que no pasa de la apariencia de un bien que no sabemos reconocer.

Sus dotes más positivos son también la paciencia, el tacto, la humildad, la confianza, la calma, la serenidad, la sensibilidad, la aceptación, la decisión -cualidades que derivan de un corazón sensato-.

Aunque sea un educador nato, no es que sólo pueda dedicarse a la docencia, sino que en cualquier actividad que realice, tendrá las virtudes de esta energía. Es un psicólogo por naturaleza, capaz de intuir, comprender e indentificarse con el espíritu ajeno. Es un intuitivo, no intelectual. No gusta de acumular concimientos y teorías. Siente necesidad de identificarse con los diferentes asuntos que está estudiando; de aquí que su forma de proceder sea lenta en la asimilación.

El lado negativo de este temperamento tiene que ver con el uso no equilibrado ni sensato de sus mejores cualidades. El individuo poco evolucionado de este rayo, es perezoso y de poca voluntad, carece de dinamismo, ardor y entusiasmo. La tendencia a la calma y a la serenidad debe provenir de una aceptación valiente de las circunstancias, y no de una especia de indiferencia, o de una evasión de la realidad.

Una cualidad positiva del segundo rayo es que el deseo de no herir, si no es realizado de maneras equilibrado, puede originar falta de sinceridad, temor de dar la propia opinión y servilismo.

La sabiduría debe ir al lado del amor, la razón junto al corazón. De otra forma haremos más mal que bien con el exceso de compasión, con la falta de voluntad o el exceso de confianza en los otros. Los temperamentos del segundo rayo están generalmente polarizados en lo emocional; de aquí resulta otra característica negativa: el miedo, con todos sus derivados: duda, incertidumbre, miedo a la vida, miedo a hacer sufrir, miedo a la soledad, etc.

El segundo rayo es opuesto al primero. Le falta al voluntad que a éste le sobra y, a su vez, tiene todo el amor que a aquél le falta.

TERCER RAYO: INTELIGENCIA ACTIVA

El tercer aspecto de la Divinidad, el Espíritu Santo (o Brahama, Dios hindú) es la energía que produce el tercer tipo psicológico: el rayo de la

actividad de la Mente, expresión del Pensamiento Creador de Dios, que se traduce en la capacidad de razonar y pensar, característica del hombre.

La energía del tercer aspecto de la Divinidad tienen una función muy importante: hace sentir su influencia en todos los reinos de la Naturaleza, ya que en cada pequeña partícula de materia, en cada forma, en cada ser, hay una especia de inteligencia consciente. En el reino humano este rayo encuentra su expresión más completa.

Los individuos pertenecientes a este temperamento tienen como característica común e inconfundible la polaridad mental; es decir, concentración de energías psíquicas en la mente y un uso continuo de las facultades mentales en perjucio de otras, las afectivas y las volitivas.

Esa polarización no brinda necesariamente inteligencia. Esta no sólo supone capacidad de producir pensamientos o de mover el intelecto, sino claridad, discriminación, capacidad de síntesis y comprensión.

En los tipos más evolucionados podemos encontrar: concentración, visión amplia sobre asuntos filosófico-abstractos, paciencia, idealismo, desapego de las pequeñas preocupaciones materiales. Son las cualidades de un indiviudo culto que superó a las cosas materiales y tienen un corto grado de purificación.

Tiene además la mente abierta y elástica, sin cristalizaciones ni preconceptos, libre de fanatismos y está siempre predispuesta a indagar y comprender cosas nuevas.

Es muy adaptable y versátil. Puede ponerse de acuerdo hasta con los tipos más opuestos, crear "puentes mentales" con otros; tiene tacto y diplomacia. Es buen conservador y persuasivo con la palabra.

Sus cualidades negativas son: pereza y dispersión, falta de practicidad, desorden e inexactitud en los detalles. Poca capacidad afectiva y falta de voluntad para actuar.

El tipo más inferior es muy astuto, tiene capacidad de enredar al prójimo con intrigas y trata de obtener ventajas de la ingenuidad y confianza de los otros. Este temperamento es muy común entre comerciantes, empresarios, abogados y personas con mentes vivaces pero movidos por intereses egoístas.

Tienden también a convertirse en teóricos. Se contentan con el conocimiento, sin necesidad de su realización práctica. Su punto crítico es la incapacidad de hacer del conocimiento teórico una parte de su vida y de su conciencia.

La autoformación basada en la voluntad y en la disciplina autoimpuesta resulta muy difícil para este temperamento. Pero, no obstante, con el despertar espiritual, siente necesidad de desarrollar los aspectos que le faltan y de fortalecer su aspiración de perfeccionamiento. Así, la mente que había sido usada sólo para adquirir conocimientos abstractos, se usa para construir y para formar, manifestando un aspecto creativo que refleja el Fuego Creador o al Espíritu Santo.

CUARTO RAYO: ARMONIA A TRAVES DEL CONFLICTO

Este es un tipo psicológico que de alguna manera está aparte y tiene la carcterística de alternar la introversión con la extroversión. En el lenguaje místico es llamado "Divino Intermediario", o "Vínculo entre los tres y los tres", ya que su función esencial es la percepción intensa de los opuestos y, al mismo tiempo, una gran necesidad de armonizarlos en un todo único.

En los tiempos menos evolucionados hay una lucha confusa y sin finalidad, combatividad, atracción por el mundo físico, sensualidad, pero en ellos prevalece la atracción por el mundo material; éste lo aprisiona.

Es el del tipo medio, el que sufre conflictos más ásperos, ya que la atracción por el mundo externo e interno es igual. Son personas que alternan períodos de excesiva actividad con otros de gran pereza, así como momentos de furiosa cólera con otros de gran calma y serenidad, tienen mucha ambición y presunción y, al mismo tiempo, los agobia la sensación de fracaso. Son también caprichosos, excéntricos, volubles y rebeldesy también valientes, afectuosos, comprensivos, sinceros.

Las crisis terminan cuando encuentra un punto de equilibrio entre las dos tendencias y crea en su vida un alternar rítmico de trabajo y de reposo en armonía con las fuerzas de la Naturaleza y las fuerzas cósmicas y espirituales.

Este interesante temperamento está en todos nosotros, porque su trabajo corresponde a una forma de la humanidad entera, a ese conflicto eterno entre fuerzas espirituales y personales.

QUINTO RAYO: CONOCIMIENTO CONCRETO

Este rayo representa el impulso innato de la mente humana de indagar y de adquirir conocimientos, de desentrañar fenómenos del mundo objetivo y de producir lo que habitualmente llamamos temperamento científico.

Es un temperamento extrovertido, ya que su atención está focalizada en el mundo objetivo. Su esencia espiritual es el análisis, pero justamente el análisis -una de las siete cualidades del alma- muchas veces hace perder la capacidad de síntesis, dado que la observación de la multiplicidad lleva fácilmente a perder la noción de Unidad. Este es el principal defecto del este temperamento y da como resultado que muchos individuos de este rayo se vuelvan materialistas convictos, totalmente cerrados a la intuición espiritual.

El tipo inferior de este rayo es el poco culto, con preponderancia de una mente concreta, que no puede creer en lo que ve ni en lo que toca. Tiene desprecio por todo lo que provenga del mundo de los sentimiento propios y ajenos. Carece de simpatía y compresión por los otros, a quienes juzga constantemente. No tiene ningún sentimiento religioso, devoción ni misticismo. Bloquea la intuición y no está interesado en el arte. Su casa está muy ordenada, pero es fría e impersonal.

El tipo medio tiene cualidades negativas y positivas. Comienza a manifestarse en él la coherencia, la exactitud, la precisión, la observación aguda y el análisis minucioso y paciente. Si bien predomina la mente concreta sobre el lado emotivo, ha comenzado a comprender con la mente la necesidad y belleza de la intuición y las emociones, aunque viva serias crisis. Tiene además una gran honestidad y amor por la verdad. Este rayo produce científicos, historiadores, gramáticos.

En el superior, predominan las cualidades positivas del científico: la intuición y el amor. Su poder de análisis y de observación se vuelca más que al mundo físico, a las realidades hiperfísicas y, poco a poco, se torna un verdadero ocultista, un científico del espíritu. Cuando la mente científica está iluminada por la intuición, puede dar al hombre el poder de descubrir qué hay detrás de las formas y la capacidad de reconocer el origen divino de todo cuanto existe y la posibilidad de colaborar con el progreso del hombre.

SEXTO RAYO: **DEVOCION E IDEALISMO**

El sexto rayo tiene como característica fundamental la sublimación de las emociones en devoción ante la Divinidad, y la transformación del deseo en aspiración volcada hacia el idealismo. El sentimiento del sexto rayo es más devoción que amor y por eso se vuelve hacia algo más elevado.

La esencia de este rayo es el anhelo, profundo e instintivo, de que todas las cosas creadas, inclusive el hombre, se elevan hacia Dios, para procurar la perfección, siguiendo un modelo ideal.

El hombre del sexto rayo tiene generalmente características bien definidas, como la necesidad innata de crear ídolos, para adorarlos y seguirlos, porque tiene la exigencia de dedicar toda su energía emotiva a alguna cosa o a alguien. También oscila entre los opuestos: héroes fanáticos, santos o tiranos.

El tipo menos evolucionado tiene a alguna persona o cosa para expresar esa devoción, pero ésta es exclusivista, celosa, parcial y fanática. No ve otra cosa en el mundo que su ídolo, en un apego ciego y unilateral. También toma esta actitud ante una idea religiosa y política. Es el caso típico del fanático, de visión estrecha y limitada, capaz de morir por su ideal, pero también capaz del tornarse cruel, injusto y destructivo con quien no comparta sus ideales.

Su camino evolutivo es arduo. Tiene que luchar con su facilidad para idealizar personas o cosas, con las consecuencias desilusiones que ello le trae aparejadas. También debe vencer su tendencia al personalismo y a juzgar a los otros, no por sus méritos reales sino por la simpatía o antipatía que en él suscitan.

Para entender mejor la naturaleza emotiva de este rayo, debe compararsela con la de un individuo de segundo rayo; éste ama de manera diferente, no coloca a la criatura amada por encima de sí mismo, se inclina e identifica con ella hasta sentir una unión completa; esto trae enriquecimiento e integración recíproca. Tiene conciencia de los defectos del otro y los ve en sus justas proporciones.

Los tipos más evolucionados pueden producir verdaderos santos y aún políticos, artistas, científicos, quienes siempre tendrán una cuota de devoción e idealismo. Tienen, además, por su ardor, entusiasmo y dinamismo, la capacidad de arrastrar a otros, de sacudir la inercia de las personas y producir en ellas sentimientos análogos a los suyos.

Superar la crisis final es para el tipo más evolucionado lograr estar en el centro de sí mismo, sentir que la vida y Dios están dentro de él, no buscar más afuera. Ha aprendido la dura lección del desapego y de la impersonalidad cuando logra sentir que Dios está en el corazón de todos los hombres, así como en el suyo. Y manifiesta un tipo de amor abarcativo hacia todas las concepciones, todos los ideales, todas las verdades, siendo al mismo tiempo un verdadero servidor, un guía espiritual y sabio.

SEPTIMO RAYO: **CONCRESION FISICA**

Este rayo manifiesta la energía espiritual en el plano físico y tiene, por lo tanto, la función de llevar a la realización, la tarea y el esfuerzo final

del hombre, que es tornar la personalidad un instrumento del Alma en el plano físico. La meta del séptimo rayo es hacer del cuerpo físico etérico "el templo del Señor".

Esta energía produce en el ser un humano una tendencia espontánea a concretizar en el plano físico, es decir, a transmitir energía a la materia, a convertir la idea en obra, a plasmar.

Otras cualidades esenciales de este temperamento son el orden, la organización, la productividad. Tiene una tendencia a imponer un ritmo en su vida, a alternar períodos de calma y de actividad, así como facilidad para interpretar los símbolos.

Es también llamado el rayo del ceremonial, o del ritual, porque puede realizar el acto más humilde como un rito sagrado. No siente la dualidad espíritu-materia y puede sintetizar las manifestaciones de la espiritualidad en la materia.

El individuo menos evolucionado de este rayo se apega a las formas, al materialismo, tiene excesivo interés por los fenómenos psíquicos, una superstición exagerada y una necesidad constante de consultar a los oráculos, adivinos y magos, y su capacidad de organización degenera en dar demasiada importancia al lado externo de todo, descuidando la esencia.

El de evolución media, empieza a manifestar tendencias psicológicas más positivas, como interés en el trabajo productivo, cuidado de los detalles, capacidad económico-financiera.

El de evolución superior es aquél que tiene una brillante tendencia al ocultismo, esto es a un espiritualismo entendido como una preparación de la personalidad para que ésta sea un canal de energías espirituales. Hace un estudio científico de las verdades espirituales y sus aplicaciones en la vida cotidiana. Este temperamento origina el verdadero "mago", el que transmite la energía espiritual al mundo físico y usa los poderes del Alma para fines elevados y altruísticos. Simbólicamente es llamado "el creador de la forma", "el constructor del cuadrado" o "el divino lavador alquímico".

NOCIONES FINALES

Aunque nos cueste reconocer cuál rayo predomina en nuestro temperamento, estas nociones nos ayudarán a entender que no somos todos iguales, que no recorremos el mismo camino, que hay diferentes formas de exteriorización y de expresión, que todos tenemos cualidades distin-

tas y que, sin embargo, todas resultan útiles y positivas y nos conducen a la misma meta final.

No es fácil delinear el propio temperamento, ya que una de las razones fundamentales de esta dificultad es que no tenemos una personalidad integrada, no tenemos los elementos físicos, emotivos y mentales armoniosamente desarrollados. Cuando comenzamos a integrar aspectos de nuestra personalidad observamos inéditas sensaciones de bienestar, de poder, de eficacia, unidas a una visión clara de cuál es el objetivo a alcanzar, así como la determinación firme de perseguirlo.

Otra de las razones de la dificultad que surge al querer descubrir cuál es el rasgo fundamental de nuestro temperamento proviene del hecho de que no estamos constituídos por un solo rayo, sino por varios. Todo hombre está bajo el dominio de seis rayos, tres principales (el rayo de la Mónada, el rayo del Alma y el rayo de la Personalidad) y de tres secundarios: el del cuerpo mental, el del emocional y el del físico.

En nuestro grado evolutivo es inútil hablar del rayo de la Mónada, ya que ella actúa en niveles más elevados y en realidad son cinco los rayos que debemos considerar.

El rayo del Alma recién comienza a hacer sentir su influencia cuando el hombre empieza a trabajar por su desarrollo espiritual. Llegar a conocerlo da al individuo la clave de cuál es la tarea espiritual más acorde con su naturaleza interior.

Los rayos de los tres vehículos inferiores determinan nuestra constitución psicofísica, nuestro carácter, o temperamento. Cuando estos rayos se integran y coordinan entre sí, se manifiesta, entonces, el rayo de la personalidad. Generalmente, este rayo está en contraposición con el rayo del Alma, ya que la personalidad está generalmente movida por intereses egoístas, mientras que el impulso del Alma es siempre vasto, impersonal y altruístico. Para ello, la lucha entre el rayo del Alma y el de la personalidad es larga y áspera hasta que el individuo, después de muchas crisis y sufrimientos, la entrega finalmente purificada a la voluntad del Alma.

El estudio del propio temperamento según los rayos constituye no sólo una ayuda al trabajo de autoconocimiento, sino también un verdadero estímulo al trabajo de armonización y de reordenamiento de la propia personalidad. Es necesario cultivar la paciencia y la dedicación cotidiana y regular y tener en cuenta que llevará tiempo.

Es muy útil y práctico para este objetivo hacer un examen diario, por la noche, antes de dormir, de nuestros pensamientos, emociones, pala-

bras y acciones, de una manera desapegada y serena —desplegar la llamada Actitud del Observador Imparcial. Mirar para adentro de nosotros mismos es un descubrimiento maravilloso, una obra creativa en el sentido más amplio del término, ya que no sólo nos permite descubrir las facetas de nuestra personalidad, sino también la naturaleza divina que late en cada uno, que nada más espera sino surgir a la luz.

N. del E.: A lo largo de este libro, Angela María La Sala Batà se refiere con frecuencia a temperamentos de tal o de cual rayo; ella los llama así porque sigue una clasificación de origen espiritual denominada "Tipología de los Siete Rayos". La autora ha escrito un libro llamado "Los Siete Temperamentos Humanos", que también publicaremos en Era Naciente; de él hemos extraído una síntesis con el fin de familiarizar al lector con esta terminología y ayudarlo a comprender mejor la propuesta de autoconocimiento desplegada en este trabajo.